



Утверждаю:
Директор МАОУ СОШ №6
Е.Л.Боровая

«09» 09 2021 г.

МЕНЮ

ЗАВТРАК I смена

БЛЮДО	ВЫХОД	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВ.	КАЛЛ.
Овощи свежие (огурцы)	60	1	0,4	2,3	20,99
Голубцы с рисом и мясом	160	11,45	13,48	27,8	296,34
Кисломолочный продукт	180	4,32	2,5	9,88	84,8
Хлеб пшеничный	30	2,33	0,15	15,08	71,03
Хлеб ржаной	20	2,01	0,27	15,08	41,14
Фрукты	100	0,46	0,1	11,31	58,4
Итого	550	21,57	16,90	81,45	572,70

ОБЕД II смена

БЛЮДО	ВЫХОД	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВ.	КАЛЛ.
Салат из моркови с яблоками	60	2,04	2,76	12,6	53,28
Суп кудрявый	250	5,9	2,6	27,9	149
Рис отварной с овощами	150	2,6	3,2	12,8	165,8
Биточки из говядины	90	12,5	15,4	14,5	165,2
Сок фруктовый	200	0,9	0	12,4	113
Хлеб пшеничный	45	2,58	0,45	19,94	88,18
Хлеб ржаной	25	1,88	0,19	12,22	57,38
Итого	820	29,40	24,60	112,36	791,84

Заведующая столовой

Л.Н. Попова