

Директор МАОУ СОШ №6

Т.Л.Боровая

« 28 » 09 2021 г.

# МЕНЮ

## *ЗАВТРАК I смена*



БЛЮДО	ВЫХОД	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВ.	КАЛЛ.
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	5,36	0,12	65,4
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4,8	8,9	22,65	185,8
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	90	9,35	7,88	10,5	145,2
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,09	0,02	12,6	52,74
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,33	0,15	15,08	71,03
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,01	0,27	15,08	41,14
<b>ИТОГО</b>	<b>510</b>	<b>18,68</b>	<b>22,58</b>	<b>76,03</b>	<b>561,31</b>

## *ОБЕД II смена*

БЛЮДО	ВЫХОД	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВ.	КАЛЛ.
ОВОЩИ (СОЛЕННЫЕ)	60	0,79	0,14	2,74	15,4
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	4,6	8,9	16,2	128,5
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3,55	6,2	19,3	166,07
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	5,4	10,5	12,5	295,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	26,66	122,94
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,22	0,4	17,89	79,09
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,27	0,23	14,72	69,13
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ( ЯБЛОКИ)	100	0,46	0,1	11,31	58,4
<b>ИТОГО</b>	<b>850</b>	<b>20,29</b>	<b>26,47</b>	<b>121,32</b>	<b>935,33</b>

Заведующая столовой \_\_\_\_\_

Л.Н. Попова