



МЕНЮ

Наименование и номер школы № 35
 Дата 10 января 2021 г.
 День: пятница
 Неделя: 1
 Номер дня недели: 5
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	цена блюда
ЗАВТРАК							
1.	Зеленый горошек консервированный	60	3,40	2,50	7,70	66,90	12,00р.
2.	Рыба, тушенная с овощами	140	11,71	1,97	5,74	88,28	45,00р.
3.	Пюре картофельное	150	4,05	6,00	8,70	105,00	17,00р.
4.	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46	5,00р.
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50р.
6.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50р.
	Всего	615	23,01	11,06	65,35	460,46	
ОБЕД							
1.	Овощи по-сезону (помидор свежий/помидор соленый)	60	0,67	0,06	2,10	12,00	12,00 Р
2.	Щи из квашенной капусты с картофелем	200	1,35	4,29	6,96	71,8	24,00 Р
3.	Рагу из птицы	175	12,56	11,72	15,20	216,52	50,00 Р
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	84,80	10,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
6.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
7.	Пирог "Южный"	80	5,44	5,46	39,38	148,41	10,00 Р
	Всего	795	25,644	22,466	118,864	703,658	

Директор МБОУ СОШ № 35

О.И. Барабан

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

А.В. Костенко

