УТВЕРЖДАЮ:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

И.о. директора школы

Филатова Ю.Ю.

МЕНЮ

на 23 марта 2022г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД | ЭНЕРГЕТИЧЕЦЕННОСТЬ |
| 1 | Каша молочная геркулесовая | 200-250гр | 163,1 |
| 2 | Какао | 200гр | 95,4 |
| 3 | Хлеб, масло, яйцо | 75-100гр,15- 20гр, 40гр | 312,5 |

**ВТОРОЙ ЗАВТРАК.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД |  |
| 1 | Молоко пастеризованное | 200гр | 120 |
| 2 |  |  |  |

**ОБЕД.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД |  |
|  |  |  |  |
| 1 | Борщ из свежей капусты | 7-11лет 200гр, 12-18лет 250гр. | 183,0 |
| 2 | Плов из говядины | 7-11 лет-180 гр, 12-18 лет-250гр. | 457,7 |
| 3 | Сок фруктовый | 200гр. | 124,2 |
| 4 | Хлеб ржаной | 7-11 лет 80гр, 12-18 лет 120гр. | 152 |

 **ПОЛДНИК**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД |  |
| 1 | Печенье | 50гр | 285,1 |
| 2 |  |  |  |
| 3 |  |  |  |
| 4 |  | . |  |

 **УЖИН.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД |  |
| 1 | Пюре картофельное | 7-11 лет-150гр, 12-18 лет-180гр. | 102,5 |
| 2 | Рыба тушеная с овощами,  | 7-11 лет-80гр, 12-18,лет-90гр. | 153,43 |
| 3 | Чай с сахаром | 200гр | 40,0 |
| 4 | Хлеб, масло  | 7-11 лет-75гр, 12-18 лет-100гр. | 242,9 |
|  |  |  |  |

**ВТОРОЙ УЖИН.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД |  |
| 1 | Йогурт | 180гр. | 107,6 |
|  | ИТОГО за день |  | 2673,4 |