

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ЛИЦЕЙ»

УТВЕРЖДАЮ

Директор Н.В. Колмыкова
Приказ № 265 – ОД от 01.09.2021



МЕНЮ
3 марта 2022года
Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи Неделя 1 День 4	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность блюда
Завтрак	Апельсин	180г	3,334
	Каша молочная из "Геркулеса"	250г	246,881
	Яблоко печеное	100г	150
	Бутерброд с сыром, маслом 55	65г	131,734
	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200г	118
	Хлеб пшеничный	25г	56,325
Итого за завтрак		820г	706,274
Обед	Салат из моркови с зеленым горошком	100г	123,76
	Суп картофельный с бобовыми	250г	98,79
	Котлета рыбная	105г	183,26
	Картофельное пюре	150г	160,45
	Кисель из смородины	200г	85,07
	Хлеб пшеничный	40г	90,12
Итого за обед		845г	741,45
Полдник	Йогурт питьевой	200г	112,52
	Пряники	60г	219,48
Итого за полдник		260г	332

Заведующий производством

Т.Б. Шевченко

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ЛИЦЕЙ»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор _____ Н.В. Колмыкова
Приказ № 268-ОД от 01.09.2021

МЕНЮ

3 марта 2022года

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи Неделя 1 День 4	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность блюда
Завтрак	Запеканка из творога с клубничным соусом	200г	436
	Чай с сахаром	200г	57
	Хлеб пшеничный	30г	67,59
	Хлеб ржаной	30г	67,853
	Вафли весовые	40г	216
Итого за завтрак		500г	776,853
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем	250г	111,11
	Бефстроганов из отварной говядины	120г	178
	Каша перловая рассыпчатая	150г	222
	Компот из кураги	200г	123
	Хлеб ржаной	40г	90,47
Итого за обед		760г	724,58
Полдник	Чай с сахаром пакет	200г	63
	Булочка Дорожная	60г	186
Итого за полдник		260г	249

Заведующий производством



Т.Б. Шевченко