

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ЛИЦЕЙ»

И.о. директора И.А. Качурина
Приказ № 265 – Од. от 01.09.2021



МЕНЮ
12 октября 2021 года
Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи Неделя 1 День 2	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность блюда
Завтрак	Омлет с колбасой	200г	350,589
	Бутерброд с сыром, маслом	45г	157,5
	Йогурт	150г	84,39
	Чай с молоком	200г	86
	Печенье весовое	40г	166,3
Итого за завтрак		635г	844,779
Обед	Огурцы натуральные	30г	3,5
	Помидоры натуральные	60г	13,8
	Суп картофельный с рыбными консервами	250г	116,24
	Плов из отварной птицы(80/180)	250г	377,481
	Компот из кураги	200г	123
Итого за обед		790г	634,021
Полдник	"Снежок"	200г	84,39
	Вафли "Яшкино" штучные	40г	177
Итого за полдник		240г	261,39

Повар

С.В. Катрич

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ЛИЦЕЙ»

И.о. директора И.А. Качурина
Приказ № 265 – ОД от 01.09.2021

МЕНЮ

12 октября 2021 года

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи Неделя 1 День 2	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность блюда
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	210г	227,436
	Бутерброд "Пикантный"	40г	145,02
	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200г	118
	Хлеб пшеничный	30г	67,59
Итого за завтрак		480г	558,046
Обед	Салат из соленых огурцов с луком	100г	126,8
	Щи из свежей капусты с картофелем	250г	107,83
	Печень говяжья по- строгановски	120г	370,15
	Картофельное пюре	150г	160,45
	Компот из кураги	200г	123
Итого за обед		820г	888,23
Полдник	"Снежок"	200г	84,39
	Пряники	60г	219,48
Итого за полдник		260г	303,82

Повар



С.В. Катрич