

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ЛИЦЕЙ»

УТВЕРЖДАЮ:

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

МЕНЮ

18 октября 2021года

Возрастная категория: 7-11лет

Прием пищи Неделя 2 День 1	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность блюда
Завтрак	Омлет с сыром	180г	334,422
	Чай Каркаде	200г	45,12
	Мини-рулет "Яшкино"	35г	570,5
Итого за завтрак		415г	950,022
Обед	Салат из помидоров с перцем	60г	66,084
	Щи из свежей капусты с картофелем	250г	107,83
	Котлета из филе птицы (белое)	105г	260,52
	Каша гречневая рассыпчатая	150г	263,8
	Сок	200г	36
	Хлеб пшеничный	30г	67,59
	Хлеб ржаной	20г	45,235
Итого за обед			
Полдник	Чай с сахаром пакет	200г	63
	Корж молочный	75г	146,32
Итого за полдник		275г	209,32

Повар



С.В. Катрич

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ЛИЦЕЙ»

УТВЕРЖДАЮ:

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

МЕНЮ

18 октября 2021года

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи Неделя 2 День 1	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность блюда
Завтрак	Бутерброд горячий с колбасой	75г	179
	Суп молочный с вермишелью	250г	195,1
	Компот из вишни	200г	76
	Мини-рулет "Яшкино"	35г	570,5
Итого за завтрак		560г	1020,6
Обед	Салат из помидоров с перцем	60г	66,08
	Суп картофельный с бобовыми	250г	98,79
	Птица тушеная	120г	202,8
	Макаронные изделия отварные	150г	211,1
	Сок	200г	36
	Хлеб пшеничный	30г	67,59
Итого за обед		810г	502,27
Полдник	Чай зеленый с лимоном	200г	61,62
	Корж молочный	75г	146,32
Итого за полдник		275г	207,94

Повар



С.В. Катрич