

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ЛИЦЕЙ»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор  Н.В. Колмыкова
Приказ № 110-ОД от 31.03.2021г.

МЕНЮ

21 сентября 2021года
Возрастная категория: 7-11лет

Прием пищи Неделя 2 День 2	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность блюда
Завтрак	Омлет натуральный	200г	354,154
	Кофейный напиток с молоком	200г	118,69
	Сок "Любимый" 0,2л	200г	36
	Хлеб пшеничный	30г	67,59
	Вафли весовые	40г	216
Итого за завтрак		670г	729,43
Обед	Огурцы соленые	60г	6
	Суп картофельный с рыбой	250г	116,24
	Жаркое по-домашнему	250г	334,08
	Компот из кураги	200г	123
	Хлеб пшеничный	30г	67,59
Итого за обед		790г	646,91
Полдник	Йогурт	200г	84,39
	Пряники	40г	146,32
Итого за полдник		240	230,8

Повар



С.В. Катрич

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ЛИЦЕЙ»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор _____ Н.В. Колмыкова
Приказ № 110-ОД от 31.03.2021г.

МЕНЮ

21 сентября 2021года

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи Неделя 2 День 2	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность блюда
Завтрак	Банан	200г	5
	Фрикадельки из курицы	105г	288,721
	Пюре из гороха	150г	109,6
	Чай Каркаде	200г	45,12
	Хлеб пшеничный	30г	67,59
Итого за завтрак		685г	516,03
Обед	Салат картофельный с капустой, кукурузой	60г	64,8
	Суп из овощей	250г	115,24
	Гуляш из говядины	100г	276,28
	Каша гречневая рассыпчатая	150г	263,8
	Компот из кураги	200г	123
	Хлеб пшеничный	30г	67,59
Итого за обед		890г	910,71
Полдник	Йогурт	200г	84,39
	Пряники	40г	146,32
Итого за полдник		240г	230,8

Повар



С.В. Катрич