

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ЛИЦЕЙ»

УТВЕРЖДАЮ:

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

МЕНЮ

28 сентября 2021года

Возрастная категория: 7-11лет

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
	Чай с молоком	200г	86
	Печенье весовое	40г	166,3
Итого за завтрак		485г	760,389
Обед	Огурцы натуральные	30г	3,5
	Помидоры натуральные	30г	6,9
	Суп картофельный с рыбой	250г	116,24
	Плов из мяса(260)	260г	290,51
	Компот из кураги	200г	123
	Хлеб пшеничный	30г	67,59
Итого за обед		800г	607,74
Полдник	Компот из свежих яблок и вишни	200г	60,64
	Язык песочный, глазированный	75г	188
Итого за полдник		275г	248,64

Повар



С.В. Катрич

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ЛИЦЕЙ»

УТВЕРЖДАЮ:

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

МЕНЮ

28 сентября 2021года

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 с молоком	200г	118,69
	Хлеб пшеничный	30г	67,59
Итого за завтрак		480г	558,736
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"	250г	84,39
	Пряники	40г	146,32
Итого за полдник		290г	230,71

Повар



С.В. Катрич