Утверждаю

директор
МОУ Верешагинская ОШ
_____ /Манухина И.В./

МЕНЮ

26 января

12-18

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,1		6	25
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	110	8,3	10,8	81,8	459
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,9	47
БАТОН	25	2	0,8	13,4	68
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	6,9	8,9		109
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14,4	23,8	2,7	283
ГОРОШЕК КОНСЕРВЫ	40	1,2	0,1	2,4	15
Итого		33,3	44,8	116,2	1006
Обед					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	15
БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,2	6,2	17,3	134
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	3,3	0,4	21,2	102
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,6	5,8	37,6	229
ГУЛЯШ	50/50	13,4	16,9	3,6	220
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86
Итого		28,7	30,2	112,5	838
Всего		62	75	228,7	1844

Зав. производством (шеф-повар) _____ Федосеева Г.В.