меню

Наименование и номер школы № ООШ №16
Дата 4 июня 2021г
День:
Неделя: 1
Номер дня недели: 4
Возрастная категория: 7-11 лет и 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
	ЗАВТРАК		
1.	горошек зеленый консервиров.	60	66,9
2.	омлет натуральный запеченный	170	209,67
3.	хлеб пшеничный	40	94,00
4.	хлеб ржаной	20	40,20
5.	чай с лимоном	200	60,54
6.	фрукты свежие (по сезону)	100	55,5
	ОБЕД		
1.	помидор свежий	60	38,80
2.	рассольник ленинградский	250	134,18
3.	котлета мясная	90	184,77
4.	капуста тушеная	150	146,70
5.	хлеб пшеничный	50	117,5
6.	хлеб ржаной	30	60,3
7.	компот из свежих плодов и ягод (вит С)	200	113,79
8.	сдоба	50	170,5
	ЗАВТРАК		
1.	горошек зеленый консервиров.	100	111,5
2.	омлет натуральный запеченный	200	246,67
3.	хлеб пшеничный	50	117,5
4.	хлеб ржаной	25	50,25
5.	чай с лимоном	200	60,54
6.	фрукты свежие (по сезону)	100	55,5
	ОБЕД		
1.	помидор свежий	100	64,66
2.	рассольник ленинградский	300	161,02
3.	котлета мясная	100	205,30
4.	капуста тушеная	200	195,60
5.	хлеб пшеничный	70	185,5
6.	хлеб ржаной	50	100,5
7.	компот из свежих плодов и ягод (вит С)	200	113,79
8.	сдоба	50	170,5

Директор МБОУ СОШ № Симоненко

Зав. производством ООО "Формула вкуса" Малкова