"Согласовано"директор филиал МАОУ "Велижанская СОШ"- "СОШ п. Чугунаево"
_____ / Иссенина Л.Б. /

"Утверждаю" директор ООО ТавдаПродукт_____/Г.В.Яковлева/

20 декабря 2021 г

ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ШК/3590-20/93 от 01.02.2021г.

1 день 1-4 кл.

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак 1-4 кл.						
Бутерброд с сыром и маслом	20//5/15	8,69	6,1	7,8	7,9	126
Каша из овсяных хлопьев"Геркулес"	200	15,66	7,5	7,7	26,0	203
Чай с лимоном и апельсином"Цитрусовый заряд"	200/20/10	3,46	0,2	0,0	15,5	63
Хлеб пшеничный витамин.	20	1,24	1	0,3	8,1	39
Хлеб ржаной витамин.	20	1,24	0,7	0,1	9,4	41
Фрукты	150	26,72	0,6	0,0	21,6	89
йогурт	100	23,00				
Итого	615	80,00	16,1	15,9	88,5	561

1 день 5--11 кл.

наименование блюда	выход	Химический состав				
		цена	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак 5-11 кл						
Бутерброд с сыром и маслом	20//5/15	9,29	6,1	7,8	7,9	126
Каша из овсяных хлопьев"Геркулес"	200	20,17	7,5	7,7	26,0	203
Чай с лимоном и апельсином"Цитрусовый заряд"	200/20/10	7,18	0,2	0,0	15,5	63
Хлеб пшеничный витамин.	20	1,24	1	0,3	8,1	39
Хлеб ржаной витамин.	20	1,24	0,7	0,1	9,4	41
Фрукты	150	27,89	0,6	0,0	21,6	89
йогурт	100	23,00				
Итого	620/	90,01	16,1	15,9	88,5	561

Повар / Алеева