

Утверждаю

Директор МБОУ «Вер-Язьвинская СОШ»

В.Н. Паршаков



Ежедневное меню

Неделя: *первая*

День: *понедельник*

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Вес блюда	Энергетическая ценность
		7 – 11 лет		12 лет и старше	
Завтрак (ОВЗ)	Каша овсяная из «Геркулеса»	205	207,38	250	257,48
	Бутерброд с сыром	50	152,0	50	185,0
	Чай с сахаром	200/15	60,0	200/15	60,0
	Хлеб пшеничный	30	90,62	30	90,62
	Хлеб ржано-пшеничный	30	94,08	30	94,08
Итого за завтрак:		530	510,0	575	592,48
Обед	Салат из моркови	60	5,5	100	136,8
	Щи из свежей капусты	200	86,26	250	107,83
	Котлета из говядины	90	227,2	120	303,0
	Макароны отварные с маслом	150	211,09	200	281,46
	Сок фруктовый	200	88,0	200	88,0
	Хлеб пшеничный	30	90,62	30	90,62
	Хлеб ржано-пшеничный	30	94,08	30	94,08
Итого за обед:		750	803,05	930	1101,79
Итого за день:		1280	1313,05	1505	1694,27

Повар школьной столовой:

Т.В. Ванькова