

Утверждаю:

и.о. директора

МБОУ «Ермаковская СШ №2»

М.В. Тиунова



## МЕНЮ

« 6 » сентября

2022 год

## Завтрак:

|   | 6-10 лет                | 11-18 лет               |
|---|-------------------------|-------------------------|
| 1 Макароны из твердых сортов пшеницы отваренные | 150г - 168,45 ккал      | 150г - 168,45 ккал      |
| 2 Чай с сахаром и лимон                         | 200г - 57 ккал          | 200г - 57 ккал          |
| 3 Хлеб пшеничный                                | 30г - 61,8 ккал         | 40г - 80,4 ккал         |
| 4 Хлеб ржаной                                   | 30г - 60 ккал           | 40г - 80 ккал           |
| 5 Котлета с соусом                              | 90/50 - 277,2/55,2 ккал | 90/50 - 277,2/55,2 ккал |
| 6 Масло сливочное                               | 10г - 77,2 ккал         | 10г - 77,2 ккал         |

## Обед:

|                         | 6-10 лет          | 11-18 лет          |
|-------------------------|-------------------|--------------------|
| 1 Борщек бланшированный | 100г - 119 ккал   | 100г - 119 ккал    |
| 2 Суп с крупой          | 200г - 171,7 ккал | 250г - 214,63 ккал |
| 3 Рис отварной          | 150г - 170,7 ккал | 150г - 170,7 ккал  |
| 4 Курица жареная        | 100г - 382 ккал   | 100г - 432,97 ккал |
| 5 Хлеб пшеничный        | 40г - 80,4 ккал   | 50г - 103 ккал     |
| 6 Хлеб ржаной           | 30г - 60 ккал     | 40г - 80 ккал      |
| 7 Чай с сахаром и лимон | 200г - 57 ккал    | 200г - 57 ккал     |
| 8 Конфеты шоколадные    | 20г - 92,04 ккал  | 30г - 138,06 ккал  |

## Полдник:

|                  |                 |
|------------------|-----------------|
| 1 Суп молочный   | 200г - 394 ккал |
| 2 Чай с сахаром  | 200г - 28 ккал  |
| 3 Хлеб пшеничный | 30г - 61,8 ккал |
| 4 Творог         | 50г - 206 ккал  |

Шеф-повар



Ю.Л. Захаренко

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!