

Утверждаю:

и.о. директора

МБОУ «Ермаковская СШ №2»

М.В. Тиунова Тиунова

## МЕНЮ

«12» сентября 2022 год

## Завтрак:

	6-10 лет	11-18 лет
1. Каша пшеничная с маслом	240/5 - 283,5 ккал	250/5 - 387,5 ккал
2. Какао с молоком	200г - 117,6 ккал	200г - 117,6 ккал
3. Сыр порци	20г - 80 ккал	25г - 100 ккал
4. Хлеб пшеничный	30г - 61,8 ккал	40г - 80 ккал
5. Хлеб ржаной	30г - 60 ккал	40г - 82 ккал
6. Вегетарианский	20г - 289,8 ккал	30г - 524,4 ккал

## Обед:

	6-10 лет	11-18 лет
1. Кукуруза бланшированная	50г - 58 ккал	50г - 58 ккал
2. Борщ со сметаной	200 - 163,92 ккал	250 - 204,75 ккал
3. Гречиха из говядины	90г - 344 ккал	100г - 421 ккал
4. Макароны отварные	150г - 168,45 ккал	150г - 168,45 ккал
5. Какао с молоком	200г - 117,6 ккал	200г - 117,6 ккал
6. Хлеб пшеничный	40г - 82,4 ккал	50г - 103,4 ккал
7. Хлеб ржаной	30г - 60 ккал	40г - 80 ккал
8. Маршмэллоу	30г - 138,2 ккал	40г - 171,6 ккал

## Полдник:

1. Вареники с картошкой	150 - 342,2 ккал
2. Чай с сахаром	200г - 28 ккал
3. Хлеб пшеничный	30г - 61,8 ккал
4. Конфеты	30г - 219 ккал

Шеф-повар

З

Ю.Л. Захаренко

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!