

Утверждаю:

И.о. директора

МБОУ «Ермаковская СШ №2»

М.В. Тиунова

Тиунова

МЕНЮ

«13» сентября 2022 год

Завтрак:

6-10 лет 11-18 лет

1	Каша гречневая рассыпчатая	150г - 230,45ккал	150г - 230,45ккал
2	Кисель тибетско-ягодный	200г - 111,89ккал	200г - 111,89ккал
3	Хлеб ржаной	30г - 60ккал	40г - 80ккал
4	Хлеб пшеничный	30г - 61,8ккал	40г - 82,4ккал
5	Творожки с сахаром	90/50г - 266,7ккал	90/50г - 266,7ккал
6	Масло подсолнечное	10г - 77,2ккал	10г - 77,2ккал

Обед:

1	Салат из свеклы с яблоком	100г - 54ккал	100г - 91ккал
2	Суп с крупой и сметаной	200г - 137,42ккал	250г - 141,47ккал
3	Кисель тибетско-ягодный	100г - 55,94ккал	200г - 111,89ккал
4	Филе с курицей	240г - 377ккал	150г - 448,8ккал
5	Булочки сдобные	180г - 98ккал	220г - 114,4ккал
6	Хлеб пшеничный	40г - 82,4ккал	50г - 103ккал
7	Хлеб ржаной	30г - 60ккал	40г - 80ккал

Полдник:

1	Маркизы шоколадные	200г - 422ккал
2	Чай с сахаром	200г - 28ккал
3	Хлеб пшеничный	30г - 61,8ккал

шеф-повар З. Захаренко И.А.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!