

Утверждаю:

и.о. директора

МБОУ «Ермаковская СШ №2»

М.В. Тиунова 

## МЕНЮ

« 7 » Октября 2022 год

## Завтрак:

	6-10 лет	11-18 лет
1 Рис отварной	150г - 179,1 ккал	150г - 179,1 ккал
2 Курица жареная	90г - 246 ккал	100г - 246 ккал
3 Чай с сахаром	200г - 28 ккал	200г - 28 ккал
4 Бутерброд с сыром	30/30 - 144,15 ккал	40/40 - 192,2 ккал
5 Хлеб пшеничный	30г - 61,8 ккал	40г - 82,4 ккал
6 Хлеб ржаной	30г - 60 ккал	40г - 80 ккал

## Обед:

	6-10 лет	11-18 лет
1 Горошек бланшированный	70г - 95,5 ккал	100г - 119 ккал
2 Суп рыбный	200г - 84 ккал	250г - 126 ккал
3 Бедренный из курицы	90г - 135 ккал	100г - 135 ккал
4 Каша гречневая	150г - 151,5 ккал	150г - 151,5 ккал
5 Хлеб пшеничный	40г - 82,4 ккал	50г - 103 ккал
6 Хлеб ржаной	30г - 60 ккал	40г - 80 ккал
7 Компот из сух-ов.	200г - 111,2 ккал	200г - 111,2 ккал
8 Тегелине	30г - 450	40г - 450 ккал

## Полдник:

1 Фрукты поджаренные	270/10 - 244,5 ккал
2 Хлеб	30г - 60 ккал
3 Чай	200 - 28 ккал

Шеф-повар 

Ю.Л. Захаренко

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!