



Утверждаю:

и.о. директора

МБОУ «Ермаковская СШ №2»

М.В. Тиунова *Тиунова*

МЕНЮ

«11» октября 2022 год

Завтрак:

	6-10 лет	11-18 лет
1 Рыба припущ. в соусе	90г/30 - 439,8ккал	100г/30 - 494,2ккал
2 Макаaronное изделие	150г - 168,45ккал	150г - 168,45ккал
3 Хлеб пшеничный	30г - 119ккал	40г - 82,4ккал
4 Хлеб ржаной	30г - 90ккал	40г - 80ккал
5 Чай с сахаром	200г - 28ккал	200г - 28ккал
6 Масло подсолнечное	10г - 77,2ккал	10г - 77,2ккал

Обед:

	6-10 лет	11-18 лет
1 Сельдь с луком	60г/40 - 130,4ккал	60г/40 - 130,4ккал
2 Суп с макарон. изд-м	200г - 184ккал	250г - 215ккал
3 Жаркое по-домашнему	210г - 496ккал	260г - 614ккал
4 Чай с сахаром	200г - 28ккал	200г - 28ккал
5 Хлеб пшеничный	40г - 82,4ккал	50г - 103ккал
6 Хлеб ржаной	30г - 60ккал	40г - 80ккал
7 Легеные	50г - 290ккал	60г - 310ккал

Полдник:

1 Вареники мясо-каршотные	200г - 390,6ккал
2 Хлеб пшеничный	30г - 119ккал
3 Чай с сахаром	200г - 28ккал
4 Конфеты	30г - 178ккал

Шеф-повар

З

Ю.Л. Захаренко

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!