

Утверждаю:

И.о. директора

МБОУ «Ермаковская СШ №2»

М.В. Тиунова

МЕНЮ

«15» ноября

2022 год

с 40 лет 11-12 лет

Завтрак:

1 Каша гречневая рассыпчатая	150г - 230,45ккал	150г - 220г
2 Кисель из яблок - яблочный	200г - 111,29ккал	200г
3 Кисель рисовый	30г - 60ккал	40г - 80ккал
4 Кисель малиновый	30г - 61,2г	40г - 81,4г
5 Котлета с соусом	90/50г - 200г	90/50г - 4г
6 Мюсли натуральные	10г - 77,7ккал	10г

Обед:

1 Салат из свежих овощей	40г - 54,6ккал	100г - 91ккал
2 Суп с крупой и сметаной	200г - 137,42ккал	200г - 14,7г
3 Кисель из яблок - яблочный	100г - 55,64ккал	100г
4 Тушеное мясо с картошкой	150г - 377ккал	150г - 44,5ккал
5 Картофель отварной	150г - 93ккал	200г - 14,4г
6 Кисель малиновый	40г - 81,4ккал	50г - 16,3ккал
7 Кисель рисовый	30г - 60ккал	40г - 80ккал

Полдник:

1 Мармелад натуральный	20г - 42ккал	
2 Чай с сахаром	20г - 28ккал	
3 Кисель малиновый	30г - 61,2ккал	

шеф-повар З. Александров

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!