

Утверждаю:  
 и.о. директора  
 МБОУ «Ермаковская СШ №2»  
 М.В. Тиунова *Тиунова*



**МЕНЮ**  
 «18» *ноября* 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	30/40 - 144,15 ккал	40/50 - 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 - 95,2 ккал	100г - 119 ккал
2 Суп рыбный	200г - 84 ккал	250г - 126 ккал
3 Бекон из курицы	90г - 135 ккал	100г - 135 ккал
4 Капша 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 сухо-ов.	200г - 111,2 ккал	200г - 111,2 ккал
8 Легенше	30г - 45 ккал	40г - 45 ккал

**Полдник:**

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

Шеф-повар *З* Ю.Л. Захаренко

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**