

Утверждаю:

директор

МБОУ «Ермаковская СШ №2»

М.В. Тиунова



## МЕНЮ

« 8 » декабря 2022 год

## Завтрак:

	6-10 лет	11-18 лет
1 Рис отварной	150г - 179, 1ккал	150г - 179, 1ккал
2 Курочка жареная	90г - 246ккал	100г - 246ккал
3 Чай с сахаром	200г - 28ккал	200г - 28ккал
4 Бутерброд с сыром	30/30 - 144, 15ккал	40/40 - 192, 24ккал
5 Хлеб пшеничный	30г - 61, 8ккал	40г - 82, 4ккал
6 Хлеб ржаной	30г - 60ккал	40г - 80ккал

## Обед:

	6-10 лет	11-18 лет
1 Горошек бланшированный	60г - 95ккал	100г - 119ккал
2 Суп рыбный	200г - 84ккал	250г - 126ккал
3 Бедретростанов из курицы	90г - 135ккал	100г - 135ккал
4 Картофель запеченный	150г - 230, 45ккал	150г - 230, 45ккал
5 Хлеб пшеничный	40г - 82, 4ккал	50г - 103ккал
6 Хлеб ржаной	30г - 60ккал	40г - 80ккал
7 Компот из сухофруктов	200г - 111, 2ккал	200г - 111, 2ккал
8 Творог	30г - 34, 2ккал	40г - 45, 6ккал

## Полдник:

1 Марокко по-домашнему	240г - 436ккал
2 Хлеб пшеничный	30г - 61, 8ккал
3 Чай с сахаром	200г - 28ккал

Шеф-повар



Ю.Л. Захаренко

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!