

Утверждаю:

директор

МБОУ «Ермаковская СШ №2»

М.В. Тиунова 

## МЕНЮ

« 2 » марта 2023 год

## Завтрак:


	6-10 лет	11-18 лет
1 Рис отварной	150г - 179,1ккал	150г - 179,1ккал
2 Курица жареная	90г - 246ккал	100г - 246ккал
3 Чай с сахаром	200г - 28ккал	200г - 28ккал
4 Бутерброд с сыром	30/30 - 144,15ккал	40/40 - 192,2ккал
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 Бедренки из курицы	90г - 135ккал	100г - 135ккал
4 Капша гречневая	150г - 230,45ккал	130г - 230,45ккал
5 Хлеб пшеничный	1/0г - 82,4ккал	50г - 103ккал
6 Хлеб ржаной	30г - 60ккал	40г - 80ккал
7 Компот из сахар-ов	200г - 111,2ккал	200г - 111,2ккал
8 Тегеле	30г - 342ккал	40г - 374ккал

## Полдник:

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

Шеф-повар 

Ю.Л. Захаренко

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!