

Утверждаю:

директор

МБОУ «Ермаковская СШ №2»

М.В. Тиунова

Тиунова

МЕНЮ

«28» *Март*

2023 год



Завтрак:

	6-10 лет	11-18 лет
1. Макароны с маслом	150г - 168,45 ккал	150г - 168,45 ккал
2. Чай с сахаром и лимонад	200г - 57 ккал	200г - 57 ккал
3. Хлеб пшеничный	30г - 61,8 ккал	40г - 82,4 ккал
4. Хлеб ржаной	30г - 60 ккал	40г - 80 ккал
5. Котлеты с соусом	90/50 - 287,2/55,2 ккал	100/50 - 273,2/55,2 ккал
6. Масло сливочное	10г - 77,2 ккал	10г - 77,2 ккал

Обед:

	6-10 лет	11-18 лет
1. Горошек бланшированный	60г - 119 ккал	100г - 199 ккал
2. Суп с крупой смет.	200г - 171,7 ккал	250г - 244 ккал
3. Рис отварной	150г - 170,7 ккал	150г - 170,7 ккал
4. Курица жареная	90г - 382 ккал	100г - 432,9 ккал
5. Хлеб пшеничный	40г - 82,4 ккал	50г - 103 ккал
6. Хлеб ржаной	30г - 60 ккал	40г - 80 ккал
7. Чай с сахаром и лимонад	200г - 57 ккал	200г - 57 ккал
8. Компот	20г - 11,8 ккал	30г - 14,1 ккал

Полдник:

1. Суп молочный с макар.	210г - 394,6 ккал
2. Чай с сахаром	200г - 57 ккал
3. Хлеб пшеничный	30г - 61,8 ккал
4. Творог	50г - 266 ккал

Шеф-повар

Захаренко

Ю.Л. Захаренко

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!