

Утверждаю:

Директор

МБОУ «Ермаковская СШ №2»

М.В. Тиупова *Тиупова*

МЕНЮ

« 29 » сентября 2023 год

| Завтрак: | 6-10 лет | 11-18 лет |
|--------------------------|---------------------|---------------------|
| 1 Творог с курицей | 210г - 377 ккал | 250г - 448,8 ккал |
| 2 Чай с сахаром | 200г - 28 ккал | 200г - 28 ккал |
| 3 Бутерброд с сыром | 30/30г - 240,8 ккал | 30/30г - 290,3 ккал |
| 4 Хлеб пшеничный, ржаной | 30/30г - 121,8 ккал | 40/40г - 162,4 ккал |

| Обед: | 6-10 лет | 11-18 лет |
|------------------------------|--------------------|------------------------|
| 1 Салат из свежих овощей | 60г - 54,6 ккал | 100г - 91 ккал |
| 2 Суп с макарон. изр-ми | 200г - 281 ккал | 250г - 254,2 ккал |
| 3 Картофель тушен. с курицей | 200г - 179,4 ккал | 150/100г - 164,44 ккал |
| 4 Котлет из св-сар-ов | 200г - 94,2 ккал | 200г - 94,2 ккал |
| 5 Хлеб пшеничный, ржаной | 30/40 - 142,4 ккал | 50/40 - 183 ккал |
| 6 Круасан со вздуц. молок | 80г - 342 ккал | 80г - 342 ккал |

| Полдник: | |
|---------------------|--------------------|
| 1 Творожок с соусом | 90г - 414 ккал |
| 2 Макароны отварные | 150г - 168,45 ккал |
| 3 Чай с сахаром | 200г - 28 ккал |
| 4 Хлеб пшеничный | 30г - 82,4 ккал |

Шеф-повар

Захаренко

Ю.И. Захаренко

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!