

Утверждаю:
 Директор
 МБОУ «Ермаковская СШ №2»
 М.В. Тиупова *Тиупова*



МЕНЮ
 «3» *Октябрь* 2023 год

Завтрак:	6-10 лет	11-18 лет
1 Каша пшеничная с маслом	210г - 283,5 ккал	250г - 387,5 ккал
2 Сок португальский	20г - 80 ккал	25г - 100 ккал
3 Хлеб пшеничный, ржаной	30/30г - 121,8 ккал	40/40г - 162 ккал
4 Какао с молоком	200г - 117,6 ккал	200г - 117,6 ккал
5 Тегетте	30г - 284,8 ккал	50г - 372 ккал

Обед:	6-10 лет	11-18 лет
1 Кукуруза консервированная	60г - 58 ккал	100г - 116 ккал
2 Борщ со сметаной	200г - 163,92 ккал	250г - 204,9 ккал
3 Картофель из заморозки	90г - 347 ккал	100г - 421 ккал
4 Макароны отварные	150г - 168,45 ккал	150г - 168,45 ккал
5 Какао с молоком	200г - 117,6 ккал	200г - 117,6 ккал
6 Хлеб пшеничный, ржаной	40/30г - 142,4 ккал	50/40г - 183 ккал
7 Маршмэллоу	30г - 99 ккал	40г - 132 ккал

Полдник:	
1 Суп молочный с макаронами	210г - 146,7 ккал
2 Чай с сахаром	200г - 28 ккал
3 Хлеб пшеничный	30г - 61,8 ккал
4 Тегетте	30г - 284,8 ккал

Шеф-повар *Захаренко* Ю.Л. Захаренко

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!