

Утверждаю:
Директор МБОУ С(К)ШИ
Д.Н. Чистина

СТОЛОВАЯ
МЕНЮ « 12 » января 2016 г.

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

| № | цена | выход | энерг цен. ккал |
|--|------|------------|-----------------------|
| наименование | | | |
| Завтрак | | | |
| Каша кукурузная молочная жидкая | | 200/5 | 232,2 |
| Чай с сахаром и лимоном | | 200/15/7 | 61,62 |
| Бутерброд с сыром | | 25/20 | 152,00 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 90,62 |
| | | 502 | 549,16 |
| Обед | | | |
| Огурец соленый | | 60 | 7,2 |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной | | 200 | 88,89 |
| Птица отварная | | 90/5 | 312,02 |
| Рис отварной | | 150 | 225,18 |
| Компот из смеси сухофруктов | | 200 | 113,79 |
| Хлеб ржано- пшеничный | | 30 | 94,08 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 90,62 |
| | | 765 | 931,78 |
| Полдник | | | |
| Печенье | | 80 | 338,8 |
| Чай с сахаром и лимоном | | 200/15/7 | 61,62 |
| | | 302 | 400,42 |
| Ужин | | | |
| Запеканка манная с яблоками | | 200/5 | 323,6 |
| Чай с сахаром | | 200/15 | 60 |
| Хлеб ржано-пшеничный | | 30 | 94,08 |
| Хлеб пшеничный | | 60 | 181,24 |
| | | 510 | 658,92 |
| Поздний ужин | | | |
| Кефир | | 200 | 163,80 |
| | | 200 | 163,80 |

Шеф-повар @ (Ирина С.Б.)

Мед.сестра МБ

Утверждаю:
Директор МБОУ С(К)ШИ
Л.Н. Чистина

СТОЛОВАЯ
МЕНЮ « 12 » января 2016 г.

Возрастная категория: от 12 лет

| № | цена | выход | энерг цен. ккал |
|--|------|------------|-----------------------|
| наименование | | | |
| Завтрак | | | |
| Каша кукурузная молочная жидкая | | 250/5 | 290, |
| Чай с сахаром и лимоном | | 200/15/7 | 61,6 |
| Бутерброд с сыром | | 25/20 | 152,0 |
| Хлеб пшеничный | | 60 | 181,2 |
| | | 582 | 685,1 |
| Обед | | | |
| Огурец соленый | | 100 | 12,00 |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной | | 250 | 111,1 |
| Птица отварная | | 120/5 | 416,0 |
| Рис отварной | | 200 | 300,2 |
| Компот из смеси сухофруктов | | 200 | 113,79 |
| Хлеб ржано- пшеничный | | 60 | 188,16 |
| Хлеб пшеничный | | 60 | 181,24 |
| | | 995 | 1322,5 |
| Полдник | | | |
| Печенье | | 130 | 550,50 |
| Чай с сахаром и лимоном | | 200/15/7 | 61,62 |
| | | 352 | 612,12 |
| Ужин | | | |
| Запеканка манная с яблоками | | 250/5 | 404,50 |
| Чай с сахаром | | 200/15 | 60 |
| Хлеб ржано-пшеничный | | 60 | 188,16 |
| Хлеб пшеничный | | 60 | 181,24 |
| | | 590 | 833,9 |
| Поздний ужин | | | |
| Кефир | | 200 | 163,80 |
| | | 200 | 163,80 |

Шеф-повар @ (Ирина С.Б.)

Лед.сестра МБ