

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

СТОЛОВАЯ
МЕНЮ «13» января 2016 г.

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
-------------------	------	-------	-----------------------

Завтрак

Каша молочная пшеничная жидкая		200/5	243,92
Булочка «Нежная»		60/10	453,6
Какао с молоком сгущенным		190/38/3	154,15
Хлеб пшеничный		30	90,62
		536	942,29

Обед

Салат из отварной свеклы		60	45,2
Рассольник домашний		200	119,6
Кура отварная		90	227,2
Рис отварной с маслом слив.		150	211,09
Компот из кураги		200	91,98
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		760	879,77

Полдник

Пряники		100	359
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		322	420,26

Ужин

Овощное рагу		250	238,99
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		525	483,69

Поздний ужин

Йогурт		200	117,31
		200	117,31

Шеф-повар А.И. Юдина С.В.

Мед.сестра Мед.

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

СТОЛОВАЯ
МЕНЮ «13» января 2016 г.

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
-------------------	------	-------	-----------------------

Завтрак

Каша молочная пшеничная жидкая		250/5	304,9
Булочка «Нежная»		60/10	453,6
Какао с молоком сгущенным		190/38/3	154,15
Хлеб пшеничный		60	181,24
		616	1093,89

Обед

Салат из отварной свеклы		100	75,33
Рассольник домашний		250	149,50
Кура отварная		120	302,93
Рис отварной с маслом слив.		200	281,45
Компот из кураги		200	91,98
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		990	1270,59

Полдник

Пряники		130	466,70
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		322	528,32

Ужин

Овощное рагу		280	267,67
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		615	697,07

Поздний ужин

Йогурт		200	117,31
		200	117,31

Шеф-повар А.И. Юдина С.В.

Мед.сестра Мед.