

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

**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
	<b>760</b>	<b>879,77</b>

**Полдник**

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

**Ужин**

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

**Поздний ужин**

Йогурт	200	117,31
	<b>200</b>	<b>117,31</b>

Шеф-повар Юлия С.Б.

Мед.сестра Мария

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

**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
	<b>990</b>	<b>1270,59</b>

**Полдник**

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

**Ужин**

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

**Поздний ужин**

Йогурт	200	117,31
	<b>200</b>	<b>117,31</b>

Шеф-повар Юлия С.Б.

Мед.сестра Мария