

«Утверждаю»

Директор МОБУ «Цвиллингская СОШ»

К.К.Кураисова

МЕНЮ

19 день



Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность
Завтрак	1.Суп вермишелевый молочный	200	114,2
	2.чай с сахаром	200	48,64
	Итого на завтрак:	-	162,84
Полдник	1.Бутерброд с сыром и сливочным масло	100	166,5
	2.Сок натуральный	200	116,19
	Итого на полдник		282,69
Обед	1.Салат из свежих овощей	100	56,6
	2.Рассольник с мясом	250	84,2
	3. Рыба тушеная, гарнир - картофельное пюре	230	321
	4.Хлеб	40	97,35
	5.Компот из сухофруктов	200	54
	6.Йогурт	100	50
	Итого за обед:		663,15
Итого на день		121,50 рублей	

Повар: Сухова М.Е