

«Утверждаю»

Директор МОБУ «Цвиллингская СОШ»

К. К. Кураисова

МЕНЮ

20 день



Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность
Завтрак	1.Каша молочная пшеничная со сливочным маслом	200	440
	2.Какао с молоком	200	45,2
	Итого на завтрак:		485,2
	1.Булочка сладкая	60	135
Полдник	2.Соу натуральный	200	116,19
	Итого на полдник		251,19
Обед	1.Салат из свежих овощей	100	56,6
	2.Борщ с мясом	250	145,5
	3.Гуляш, гарнир - гречка	230	535,82
	4.Хлеб пшеничный	40	97,35
	5.Чай с сахаром	200	116,19
	6.фрукты	100	57
	Итого за обед:		940,91
Итого на день		121,50 рублей	

Повар: Сухова М.Е