

« Утверждаю»

Директор МОБУ «Цвиллингская СОШ»

К.К. Кураисова

МЕНЮ

7 день



Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность
завтрак	1.Каша молочная геркулесовая со сливочным маслом	200	254,5
	2.Кофейный напиток	200	48,64
	Итого на завтрак:		303,14
Полдник	1.Бутерброд с сыром и сливочным маслом	100	166,5
	2.Сок натуральный	200	116,19
	Итого на полдник		282,69
Обед	1.Салат из свежих овощей	100	56,6
	2. Суп гороховый с мясом	250	36,2
	3.Жаркое по домашнему	230	273,34
	4.Хлеб	40	97,35
	5. Кисель	200	116,19
	6. Фрукты	40	57
	Итого за обед:		636,68
Итого на день		121,50 рублей	

Повар: Сухова М.Е