



МАОУ" ВИКУЛОВСКАЯ СОШ №2"

Утверждаю: Директор школы

Решетникова Л.П.

16 октября 2020 г.

## Меню

	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	цена
Огурцы свежие	49	0,5	2,5	1,9	33	2,70
Щи из свежей капуста с картофелем, со сметаной	250/5	1,8	3,3	8,6	71	5,87
Рыба запечённая с маслом	100/5	15,2	11,5	5,7	187	36,13
Картофельное пюре	180	3,5	5,3	25,5	164	9,04
Компот из свежих яблоч+лимон, Витамин "С"	200/5	0,2	0,2	27,5	113	5,31
Фрукт(Яблоко)	220	0,3	0,7	29,3	125	16,47
Хлеб пшеничный	31	3,3	0,93	14,4	78	1,51
Хлеб ржаной	41	2,7	0,47	14,0	74	1,97
<b>Итого</b>					<b>845</b>	<b>79,00</b>
<b><u>Обед с 7 до 10 лет</u></b>						
Огурцы свежие	49	0,5	2,5	1,9	33	2,70
Щи из свежей капуста с	250/5	1,8	3,3	8,6	71	5,87
Рыба запечённая с маслом	80/5	13,1	9,2	4,6	153	28,89
Картофельное пюре	150	2,9	4,4	23,0	144	7,07
Компот из свежих яблоч, лимон+Витамин "С"	200	0,2	0,2	27,5	113	5,24
Фрукт(Яблоко)	220	0,3	0,7	29,3	125	16,47
Хлеб пшеничный	29	2,4	0,39	10,4	57	1,43
Хлеб ржаной	29	1,9	0,36	9,9	52	1,42
<b>Итого</b>					<b>748</b>	<b>69,09</b>
<b><u>Полдник</u></b>						
Пудинг из творога со сгущенным молоком	200	14,5	11,9	34,0	301	56,16
Кисель из концентрата	200	1,4	0,0	29,0	122	3,41
<b>Итого</b>					<b>423</b>	<b>59,57</b>

Кладовщик

*Коптелова Г.Н.*

Коптелова Г.Н.

Повар

*Мельникова Г.С.*

Мельникова Г.С.