



МАОУ "ВИКУЛОВСКАЯ СОШ №2"

Утверждаю: Директор школы

Решетникова Л.П.

11 ноября

2020 г.

Меню

	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	цена
Огурцы свежие	46	0,5	2,3	1,6	29	3,53
Щи из свежей капуста с картофелем, со сметаной	250/5	1,8	3,3	8,6	71	5,94
Рыба запечённая с маслом	100/5	15,2	11,5	5,7	187	35,23
Картофельное пюре	180	3,5	5,3	25,5	164	9,83
Компот из свежих яблок+лимон, Витамин "С"	200/5	0,2	0,2	27,5	113	6,23
Фрукт(Мандарин)	180	0,3	0,7	27,2	116	20,97
Хлеб пшеничный	34	2,8	0,51	12,2	66	1,65
Хлеб ржаной	34	2,3	0,4	11,6	62	1,66
Итого					808	85,04
<u>Обед с 7 до 10 лет</u>						
Огурцы свежие	46	0,5	2,3	1,6	29	3,53
Щи из свежей капуста с	250/5	1,8	3,3	8,6	71	5,94
Рыба запечённая с маслом	80/5	13,1	9,2	4,6	153	28,91
Картофельное пюре	150	2,9	4,4	23,0	144	7,38
Компот из свежих яблок, лимон+Витамин "С"	200	0,2	0,2	27,5	113	5,78
Фрукт(Мандарин)	180	0,3	0,7	27,2	116	20,97
Хлеб пшеничный	39	2,4	0,39	10,4	57	1,87
Хлеб ржаной	28	1,9	0,36	9,9	52	1,35
Итого					735	75,73
<u>Полдник</u>						
Пудинг из творога со сгущенным молоком	200	14,5	11,9	34,0	301	53,09
Кисель из концентрата	200	1,4	0,0	29,0	122	3,44
Итого					423	56,53
Кладовщик	<i>Жал</i>	<u>Коптелова Г.Н.</u>				
Повар	<i>Мел</i>	<u>Мельникова Г.С.</u>				