



МАОУ "ВИКУЛОВСКАЯ СОШ №2"

Утверждаю: Директор школы
Решетникова Л.П.

09 декабря

2020 г.

Меню

	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	цена
Щи из свежей капуста с картофелем, со сметаной	250/5	1,8	3,3	8,6	71	5,97
Рыба запечённая с маслом	100/5	15,2	11,5	5,7	187	39,47
Картофельное пюре	180	3,5	5,3	25,5	164	9,62
Компот из свежих яблок+лимон, Витамин "С"	200/5	0,2	0,2	27,5	113	6,09
Фрукт(Яблоко)	211	0,3	0,7	28,1	120	18,59
Хлеб пшеничный	29	3,3	0,6	14,4	78	1,39
Хлеб ржаной	25	2,3	0,4	11,6	62	1,21
Сок яблочный	200	0,6	0,4	33,0	138	14,50
Итого					933	96,84
<u>Обед с 7 до 10 лет</u>						
Щи из свежей капуста с	250/5	1,8	3,3	8,6	71	5,97
Рыба запечённая с маслом	80/5	13,1	9,2	4,6	153	37,91
Картофельное пюре	150	2,9	4,4	23,0	144	7,52
Компот из свежих яблок, лимон+Витамин "С"	200	0,2	0,2	27,5	113	5,66
Фрукт(Яблоко)	211	0,3	0,7	28,1	120	18,59
Хлеб пшеничный	20	2,4	0,39	10,4	57	0,99
Хлеб ржаной	29	1,9	0,36	9,9	52	1,42
Сок яблочный	200	0,6	0,4	33,0	138	14,50
Итого					848	92,56
<u>Полдник</u>						
Пудинг из творога со сгущённым молоком	200	14,5	11,9	34,0	301	47,52
Кисель из концентрата	200	1,4	0,0	29,0	122	3,48
Итого					423	51,00

Кладовщик

Повар

Г.Н. Коптелова
Г.С. Мельникова

Коптелова Г.Н.

Мельникова Г.С.