



Утверждаю:

Директор МАОУ "Викуловская СОШ №1"

А.А.Потов

23 сентября

2020 г

Меню

5.11 кл.

	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Стоимость
завтрак						
Запеканка из творога со сиреневыми макаками	200/30	16,3	15,4	39,2	361	74,57
Бутерброд черничный со сметаной	50	9,5	10,4	10,9	175	17,50
Каша овсяная	100	4,0	3,9	19,8	130	9,15
Чай зеленый	20	2,3	0,2	6,8	36	0,86
Сметана	1/100	4,9	7,5	11,0	131	18
Сладкое	90	0,3	0,5	10,0	102	74,40
Макароны	93					60
						194,48
обед						
Салат из отварной свежей моркови	100	1,2	5,0	7,3	79	5,20
Суп гороховый с зеленью	200/10	6,4	3,6	15,3	159	8,21
Каша гречневая с овощами	110	10,5	17,2	16,5	263	36,91
Картофель тушеный с овощами	180	3,2	4,8	20,2	144	13,44
Компот из сухофруктов	200	0,7	0,1	24,5	102	2,47
Чай зеленый	30	2,0	0,4	10,2	54	7,28
Чай зеленый	15	0,3	0,5	24,0	102	0,64
Фрукты сладкое	130	0,3	0,5	10,2	54	20,80
						88,95
						281,43

Мед. Работник

Деревенко

Л.А. Деревенко

Повар-бригадир

Шелепова

Т.И. Шелепова