



Утверждаю:

Директор М.А.ОУ "Бикуловская СОШ №21"

К.А. Лотов

18 сентября

2020 г.

Меню

Б-11

| | Выход | белки | Жир | Углеводы | Ккал | Стоимость |
|------------------------------|----------|-------|------|----------|------|-----------|
| завтрак | | | | | | |
| Творог с сахаром со сметаной | 200/20 | 19,1 | 16,3 | 47,0 | 418 | 63,42 |
| Бутерброд с маслом | 20/10 | 1,6 | 7,4 | 10,0 | 114 | 7,50 |
| Чай с лимоном | 200/5 | 0,4 | 0,0 | 15,2 | 64 | 1,00 |
| Хлеб ржаной | 20 | 2,6 | 0,5 | 13,6 | 72 | 5,83 |
| | | | | | | 78,75 |
| обед | | | | | | |
| Картофель вареный | 100 | 4,0 | 5,0 | 3,5 | 63 | 6,39 |
| Суп с мясом, сметаной | 250/10/5 | 4,9 | 5,9 | 8,6 | 104 | 15,37 |
| Салат картофельный с маслом | 100/5 | 15,2 | 11,5 | 5,7 | 187 | 37,27 |
| Морковь вареная | 180 | 3,5 | 5,3 | 25,5 | 164 | 14,05 |
| Каша овсяная с маслом | 200 | 0,2 | 0,2 | 21,4 | 88 | 8,03 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 6,6 | 1,1 | 28,8 | 156 | 11,68 |
| Хлеб ржаной | 20 | 2,6 | 0,5 | 13,6 | 72 | 5,83 |
| Фрукты яблоко | 100 | 0,7 | 0,2 | 27,4 | 114 | 19,36 |
| | | | | | | 103,01 |
| | | | | | | 176,56 |

Мед. Работник

Повар-бригадир

Деревенко

Деревенко

И. Ш. Ш. Ш.