



Утверждаю:

Директор МБОУ «СОШ № 6»

О.П.Казанцева

МЕНЮ

« 12 » 12 2020

Завтрак:

ЗСМ 1 ссг

- | | | | |
|-----------------------|---------------|---------|------|
| 1. каша ячневая | 450/145 гр | 156,66 | ккал |
| 2. хлеб с маслом | 5120/15140 гр | 33169,6 | ккал |
| 3. мор. кот с молоком | 150/180 гр | 91 | ккал |
| 4. _____ | _____ гр | _____ | ккал |

Второй завтрак:

- | | | | |
|-----------|--------|------|------|
| 1. йогурт | 100 гр | 51,1 | ккал |
|-----------|--------|------|------|

Обед:

- | | | | |
|--------------------------------|------------|--------|------|
| 1. морозка из отв. моркови | 30150 гр | 26,15 | ккал |
| 2. суп картоф. с мор. из свек. | 150/180 гр | 45,42 | ккал |
| 3. соус бешамель | 100/100 гр | 284,02 | ккал |
| 4. салат | 150/180 гр | 40,62 | ккал |
| 5. десерт | 100/60 гр | 121,8 | ккал |
| 6. _____ | _____ гр | _____ | ккал |

Полдник:

- | | | | |
|------------------------|------------|-------|------|
| 1. сладка обыкновенная | 50/70 гр | 197,4 | ккал |
| 2. чай с сахаром | 150/180 гр | 40 | ккал |
| 3. _____ | _____ гр | _____ | ккал |
| 4. _____ | _____ гр | _____ | ккал |