



Утверждаю:

Директор МБОУ «СОШ № 6»

О.П.Казанцева

МЕНЮ

«18»

20

Завтрак:

1. каша перкуссовая 150/165 гр 154,27 ккал
2. хлеб с сыром 100/115/40 гр 98/69,6 ккал
3. каша с молоком 165/180 гр 107 ккал
4. _____ гр _____ ккал

Второй завтрак:

1. яблоко 100 гр 44 ккал

Обед:

1. борщ со сметаной 150/180 гр 93,8 ккал
2. котлета мясная 60/80 гр 107 ккал
3. рис с овощами 180/140 гр 141,5 ккал
4. салат 150/180 гр 141,24 ккал
5. чай 40/60 гр 121,8 ккал
6. _____ гр _____ ккал

Полдник:

1. творог с вареном 50/70 гр 87,2 ккал
2. чай с сахаром 50/180 гр 40 ккал
3. _____ гр _____ ккал
4. _____ гр _____ ккал