



Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ № 6»
О.Н. Казанцева

МЕНЮ

«23»

12

2015

Завтрак:

28 см 100 г

- | | | | | |
|---------------------------------|-------------|----|---------|------|
| 1. суп молочный с мясом из вар. | 150/145 | гр | 132,84 | ккал |
| 2. яичко с маслом | 10/20/15/40 | гр | 36/69,6 | 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 | 73,8 | ккал |
| 2. рыба жареная в масле | 50/70 | гр | 125,71 | ккал |
| 3. рис отварной | 110/130 | гр | 195,72 | ккал |
| 4. салат | 150/180 | гр | 111,44 | ккал |
| 5. десерт | 110/60 | гр | 121,8 | ккал |
| 6. _____ | _____ | гр | _____ | ккал |

Полдник:

- | | | | | |
|----------------------|---------|----|-------|------|
| 1. творог с творогом | 50/70 | гр | 272 | ккал |
| 2. чай с сахаром | 150/180 | гр | 40 | ккал |
| 3. _____ | _____ | гр | _____ | ккал |
| 4. _____ | _____ | гр | _____ | ккал |