

УТВЕРЖДАЮ

Н.А. Веренич

Директор МБОУ «СОШ № 6»

Меню на «09» Июль 2022 г.



Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
	ясли	сад	ясли	сад
<b>Завтрак</b>				
Творог твёрдый	140	190	221,27	300,66
Сыр сметанный	40	50	65,4	77,72
Каша с молоком	150	180	105,67	126,8
Батон с маслом	30/15	30/15	72,6/28,3	74/28,3
Второй завтрак	Салат из вар. 30			
Сок	100	100	46	46
<b>Обед</b>				
Салат из св. огур. с хл.	40	60	27,33	41,48
Свекольник с карто.	150	200	108,4	144,54
Жаркое по-домашн.	170	170	271,02	271,02
Компот из шипов.	150	200	43,23	64,53
Хлеб ржачный	40	50	63,6	87
<b>Полдник</b>				
Кефир 1 процент	165	180	94,65	102,6
Варени с творогом	60	80	252,43	314,46
<b>Ужин</b>				
Макароны из тв. пшени.	60	80	184,2	258,3
Каша гречневая	140	140	135,73	162,41
Чай с сахаром	180	200	36,86	54,78
Батон	30	30	72,6	72,6
Варени	68	62	31,85	29,01

Мартюшева / Мартюшева /