



«Утверждаю»

Директор МОУ «Сернурская средняя общеобразовательная школа №1 имени Героя Советского Союза А.М. Яналова»

/ И.А. Заболотских /

Меню приготовляемых блюд

5 марта-11 марта 2022 год

СУББОТА

		Масса		Ккал
ЗАВТРАК	Щи из свеж.капусты с картофелем	250/20	250/20	286
	Хлеб ржаной	40	50	128
	Конфеты шоколадные	30	30	
	Чай с лимоном	200/15	200/15	58

СРЕДА 9 марта

ЗАВТРАК	Каша вязкая(пшенная) с/м	200/7	200/7	198
	Хлеб пшеничный	50	50	131
	Сыр порциями	25	30	72/134
	Кофейный напиток	200/15	200/15	160
ОБЕД	Суп картофельный из рыб консерв	250/20	250/20	115
	Плов из говядины	150/25	200/30	268/308
	Хлеб ржаной	40	40	128
	Капуста тушеная	50	60	170
	Компот из свежих груш	200/15	200/15	148

ЧЕТВЕРГ 10 марта

ЗАВТРАК	Макаронные изделия отварные с/м	200/10	200/10	252
	Гуляш из говядины	25/25	25/25	125
	Чай с сахаром	200/15	200/15	58
	Хлеб пшеничный	40	50	131

ОБЕД	Борщ из свеж капусты на м/к бул	250/20	250/20	106
	Каша вязкая ячневая с /м	200/7	200/7	212
	Хлеб ржаной	40	50	128
	Компот из ягод сушеных(курага)	200/18	200/18	126
	Огурцы свежие	50	100	13

ПЯТНИЦА 11 марта

ЗАВТРАК	Каша вязкая пшен-полтавская с/м	200/7	200/7	214
	Биточки рыбные	50	50	130
	Хлеб пшеничный	40	50	131
	Кофейный напиток	200/15	200/15	160
ОБЕД	Рассольник Ленинградский	250/20	250/20	135
	Жаркое по-домашнему	150	150	125
	Компот из ягод сушеных(изюм)	200/15	200/15	106
	Хлеб ржаной	40	50	128
	Помидоры свежие	50	100	27

Заведующая производством: _____ /Э.В.Бирюкова/