



утверждаю

Директор ЗОЦ № 2

Меню на 28 ноября 2022г.

	7-11 лет		11-18 лет	
	вес	к/кал	вес	к/кал
Завтрак:				
Миска рисово манной	200	226,85	250	286,56
чай с сахаром	200	40	200	40
булгуровый с манной	40/10	59,24	40/50	159,24
Обед:				
Суп из капусты	100	56,24	100	56,24
Суп картофель с рисом, морковью	250	58,81	300	139,10
Сырники творожные из теста из ржаной муки	90	176	90	176
чай с сахаром	150	293,75	175	284,73
Хлеб белый	200	40	200	40
Хлеб белый, ржаной	19/63	84,55	19/63	84,55
Полдник:				
чай с сахаром	200	40		
печенье	20	82,9		



утверждаю

Директор СОШ №2

Меню на 20 ноября 2021г.

	7-11 лет		11-18 лет	
	вес	к/кал	вес	к/кал
<b>Завтрак:</b>				
Витамин напиток с медом/ст.	100	190,1	100	190,1
Каша из риса	200	195	200	195
Сливки 10% + жир 10%	100	81,7	100	81,7
<b>Обед:</b>				
Салат из свеклы	100	75	100	75
Чай из св. ассорти	150	107,85	150	107,85
Ата тушеная с овощ. б.пс	500	105	500	105
Ата варенная с м.с/с.	150	245,7	145	330,8
Буд с сахаром	200	40	200	40
Чаше каша, ржаная	10/63	184,5	10/63	184,5
<b>Полдник:</b>				
Чаше с сахаром	200	40		
Чаше	20	81,9		

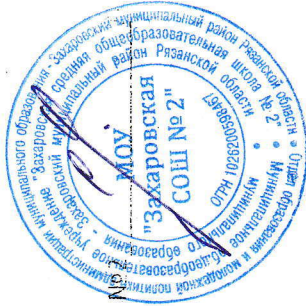
утверждаю

Директор ЗОШ №2



Меню на 30 ноября 2011 г.

Завтрак:	7-11 лет		11-18 лет	
	вес	к/кал	вес	к/кал
Зачаровская тор. с мяс. е.	100	806	100	806
Чай с сахаром	200	40	200	40
Торт с сахаром	40/10	159,24	40/10	159,24
Вс. фрукты	100	56,4	100	56,4
Обед:				
Щи с капустой	60	4,2	60	4,2
Рисовый суп с мясом и овощами	250	184,75	300	199,7
Мясной суп с рисом	90	228,8	90	228,8
Чай с сахаром	150	168,45	175	196,52
Всё вместе	200	40	200	40
Полдник:	10/63	184,55	10/63	184,55
Всё вместе	200	92,27		
Итого	20	82,9		

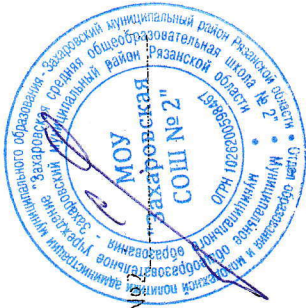


Утверждаю:

Директор СОШ № 2

Меню на 1 день 2022 г.

Завтрак:	7-11 лет		11-18 лет	
	вес	к/кал	вес	к/кал
Мюсли с фруктами	185	370,82	185	370,82
Сыр на масле	200	195	200	195
Хлеб с маслом	40	93,52	40	93,52
Масло сливочное	10	65,72	10	65,72
Обед:				
Рис, курица	100	4,2	100	4,2
Борщ с картоф. с капустой	250	103,75	300	118,8
Десерт с м. крем.	50/150	817	50/175	200,4
Сыр с маслом	200	40	200	40
Хлеб с маслом, маслом	19/63	187,53	19/63	187,53
Подник:				
Сыр с маслом	200	40		
Масло	20	81,9		



УТВЕРЖДАЮ

Директор СОШ № 2

Меню на 2 недели 2022.

Завтрак:	7-11 лет		11-18 лет	
	вес	к/кал	вес	к/кал
Булочка с повидлом	80	307,3	80	307,3
Чай с лимоном	200	218	200	218
Булочка с сахаром	200	40	200	40
Обед:				
Суп из лука	100	7,2	100	7,2
Суп картофель с морковью	250	165,75	250	165,75
Каша с маслом и сахаром	50/50	267,17	50/50	267,17
Чай с сахаром	200	40	200	40
Желе из фруктов	19/63	187,55	19/63	187,55
Полдник:				
Сок фруктовый	200	32,27	200	32,27
Печенье	20	84,9	20	84,9