



Меню на 12 днів 2022г.

Завтрак:	7-11 лет		11-18 лет	
	вес	к/кал	вес	к/кал
Хліб з маслом, маринад	200	209,25	200	209,25
чай з сахаром	200	40	200	40
жирі тваринні	40	93,52	40	93,52
масло сливкове	10	65,72	10	65,72
Обід:				
Супи	100	36,24	100	36,24
Суп картопл з рибні, шинка	250	98,31	300	139,15
Березованов из жира пш.	90	17,6	90	17,6
Хліб з маслом, сахаром	150	243,75	175	284,73
чай з сахаром	200	40	200	40
Жиір тваринні, термис	19/63	284,55	19/63	284,55
Полдник:				
чай з сахаром	200	40		
печиво	20	82,9		



Меню на 13 декабря 2000г.

	7-11 лет		11-18 лет		к/кал
	вес	к/кал	вес	к/кал	
Завтрак:					
Витамини манна с мяс. суп	100	192,1	100	190,1	190,1
какао на молоке	200	195	200	195	195
чай с медом + жид. сыр.	100	81,7	100	81,7	81,7
Обед:					
Суп с овощами	100	75	100	75	75
Гречка с кв. кашей с мясом	250	107,25	300	128,7	128,7
Овощной салат	50/50	105	50/50	105	105
чай с сахаром	150	245,7	175	322,8	322,8
висо пшеница	200	40	200	40	40
Полдник:	19/63	187,5	19/63	187,5	187,5
чай с сахаром	200	40			
печенье	20	81,9			





Меню на 14 дней доддд

Завтрак:	7-11 лет		11-18 лет	
	вес	к/ккал	вес	к/ккал
Завтрак: бутерброд с маслом	100	306	100	306
чай с сахаром	200	40	200	40
Бутерброд с маслом	100	159,24	100	159,24
чай с сахаром	100	56,4	100	56,4
Обед:				
Суп с овощами	60	7,2	60	7,2
Салат с помидорами	80	184,45	80	184,45
Макароны с сыром	90	228,8	90	228,8
Макароны с сыром	150	168,45	145	196,52
чай с сахаром	200	40	200	40
Фрукты	100	187,55	100	187,55
Полдник:				
Суп	200	56	200	56
Макароны	200	301,9	200	301,9



утверждаю:

Директор ЗОШ № 2

Меню на 15 сентября 2022г.

	7-11 лет		11-18 лет	
	вес	к/кал	вес	к/кал
Завтрак:				
Мюсли с фруктами	185	370,82	185	370,82
Салат из овощей	200	195	200	195
Чаша творожная	40	93,52	40	93,52
Масло сливочное	10	65,72	10	65,72
Обед:				
Суп, курица	100	7,2	100	7,2
Пюре с картоф. пюре	250	103,45	300	122,8
Пюре из мяса кур.	50/100	817	50/175	260,7
Салат с овощами	200	40	200	40
Чаша творожная творожная	19/13	184,55	19/63	184,55
Пюре творожное	100	56,4	100	56,4
Полдник:				
Салат с овощами	200	40		
Печенье	20	52,9		





Меню на 16 декабря 2022 г.

Завтрак:	7-11 лет		11-18 лет	
	вес	к/кал	вес	к/кал
Булочка шоколадная	80	304,3	80	304,3
Каша гречневая молочная	200	100,1	200	100,1
Чай с сахаром	200	40	200	40
Обед:				
Каша из риса	100	42	100	42
Суп картофель. с горошкой	250	165,75	300	189,9
Омлет с мясом кур	50/150	267,17	50/175	328,6
Чай с сахаром	200	40	200	40
Ябло молочная, сметан	19/65	187,55	19/65	187,55
Полдник:				
Чай фруктовый	200	92,27		
Молоко	20	52,9		