

Утверждаю

Директор: Ишмухаметова Ф.А. / Ишмухаметова Ф.А./

Меню на 14 января  
7 день. Завтрак. 1-4 классы, ОБЗ 5-11 кл, ОБЗ 1-4, ММС, СВО, РП

наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Плов из птицы	200	12,8	19,81	37,5	391
Компот из сухофруктов	200	0	0	22	86
Хлеб пшеничный	50	4	0	25	118
Творог для питания детей жирностью 7,6%	85	8	10	4	120
<b>Итого</b>	<b>535</b>	<b>24,8</b>	<b>29,81</b>	<b>88,5</b>	<b>715</b>

**ОБЕД ОБЗ-5-11 классы , СВО 5-11**

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность
Салат степной	100	128,6
Борщ с картофелем	250	186,8
Макаронные изделия отварные	150	186,8
Котлеты рубленые из птицы	100	308,6
Соус томатный	30	23,9
Чай с сахаром	200	58,4
Хлеб пшеничный	70	165,8
Яблоко	150	62
<b>Итого</b>		<b>1182,9</b>

**ОБЕД ОБЗ-1-4 классы**

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность
Салат степной	60	77,0
Борщ с картофелем	200	149,4
Макаронные изделия отварные	150	186,8
Котлеты рубленые из птицы	90	278
Соус томатный	30	23,9
Чай с сахаром	200	58,4
Хлеб пшеничный	70	165,8
<b>Итого</b>		<b>1119,4</b>

Повар: Канчурина В.С. / Канчурина В.С./