

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Чемашинская ООШ»
И.В. Филиппов
09.02 2022 г.

МЕНЮ

10 день

ЗАВТРАК		
Блюдо	Порция	Энергетическая ценность блюд ккал
Каша пшенная вязкая	200	299
Чай с сахаром, вареньем, медом	200	50
Йогурт	200	174
Хлеб пшеничный	60	141
Фрукты свежие	120	40
Энергетическая ценность блюд ккал		704
ОБЕД		
Салат из свежих помидоров с перцем	100	109
Масло растительное	10	90
Суп крестьянский с крупой	250	113
Запеканка капустная с говядиной	200	347
Соус сметанный	50	58
Хлеб ржаной	50	87
Хлеб пшеничный	40	94
Кофейный напиток с молоком	200	79
Энергетическая ценность блюд ккал		977
Всего за день		1681