

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ «Райваттальская СОШ»

Директор ООО «Енси Плюс»

О.В. Корниенко

А.В. Соколов

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

« 21 » *август* 2021г.

## ЗАВТРАК

возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
<i>оладьи со сметаной, маслом</i>	<i>180</i>	<i>504,2</i>
<i>чай с лимоном</i>	<i>200</i>	<i>93,9</i>
<i>банан</i>	<i>100</i>	<i>105,2</i>

## ОБЕД

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
<i>салат из бел. кот. капусты со свеклой</i>	<i>60</i>	<i>37,9</i>
<i>чипсы из капусты</i>	<i>200</i>	<i>100,1</i>
<i>кофе с лимоном</i>	<i>80</i>	<i>217,2</i>
<i>картофель отварной</i>	<i>150</i>	<i>137,4</i>
<i>пюре картофельное</i>	<i>200</i>	<i>96,8</i>
<i>хлеб ржаной</i>	<i>35</i>	<i>71,4</i>
<i>хлеб пшеничный</i>	<i>30</i>	<i>71,0</i>

Заведующая столовой

Е.И. Михайлова

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

« 21 » *Сентябрь* 2021г.

## ЗАВТРАК

возрастная категория: 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
<i>Сладкий соевый соусом</i>	<i>200</i>	<i>560,3</i>
<i>ябло с лимонном</i>	<i>100</i>	<i>93,9</i>
<i>банан</i>	<i>100</i>	<i>105,2</i>

## ОБЕД

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
<i>салат из бел. каш. со свещ. и морк.</i>	<i>100</i>	<i>63,1</i>
<i>шниц из картофеля</i>	<i>250</i>	<i>125,0</i>
<i>котлета мясная</i>	<i>100</i>	<i>241,6</i>
<i>картофель отварной</i>	<i>180</i>	<i>165,1</i>
<i>картофель запеченный</i>	<i>200</i>	<i>96,8</i>
<i>кисель рисовый</i>	<i>40</i>	<i>21,6</i>
<i>кисель лимонный</i>	<i>35</i>	<i>82,9</i>

Заведующая столовой



Е.И. Михайлова