

УТВЕРЖДАЮ  
ООО "Мармит"

Исполнительный директор

/Петрова М.А./

СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ №1

Директор

/Кирсанова А.С./

**МЕНЮ**

на 18.06.2021 пятница

Наименование	Вес блюда	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углевод ы
<b>Завтрак</b>					
Рыба, тушенная в томате с овощами	75/75	103	14,51	2,51	5,61
Рис отварной	150	196	3,59	4,59	35,14
Овощи свежие (огурцы)	60	9	0,48	0,06	1,56
Хлеб пшеничный	60	138	4,99	1,76	25,51
Чай с молоком	200	53	1,48	1,44	8,53
<i>Пищевая ценность</i>		499	25,05	10,36	76,35
<b>Второй завтрак</b>					
Молоко кипяченое	200	107	5,80	5,00	9,60
<i>Пищевая ценность</i>		107	5,80	5,00	9,60
<b>Обед</b>					
Суп картофельный с лапшой домашней	200	85	2,24	2,18	14,07
Птица отварная (бедро)	100	152	18,52	8,62	0,18
Картофель отварной молодой	150/10	174	3,07	7,43	23,82
Овощи свежие (помидоры)	60	13	0,66	0,12	2,28
Хлеб пшеничный	80	184	6,66	2,34	34,02
Компот из смеси сухофруктов	200	64	0,56	0,00	15,37
Фрукты свежие	200	89	0,80	0,80	19,60
<i>Пищевая ценность</i>		761	32,51	21,49	109,34
<i>Итого за день - Пищевая ценность</i>		1 367	63,36	36,85	195,29

Зав.производством

Директор пришкольного лагеря

*М.И. Кирсанова*  
*Е.К. Богданова*