

# МЕНЮ

Наименование и номер школы № 1 г. Лабинска

Дата 07.10.2022

День: ПЯТНИЦА

Неделя: 2

Номер дня недели: 10; 11

Возрастная категория: 7-11 лет и 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	калорийность
<b>ЗАВТРАК 1 смена 7-11 лет</b>			
1.	Салат из моркови с яблоком	60	84,50
2.	Пудинг из творога запеченый	160	241,88
3.	Сгущенное молоко	30	63,54
4.	Какао с молоком	200	118,52
5.	Хлеб пшеничный	20	47,05
6.	Фрукты свежие (яблоко)	120	55,50
<b>ОБЕД 2 смена 7-11 лет</b>			
1.	Салат "Витаминный"	60	41,48
2.	Суп гороховый	200	183,2
3.	Фрикадельки из кур	90	244,00
4.	Макароны отварные с овощами	150	149,31
5.	Фруктовый чай	200	61,80
6.	Хлеб пшеничный	40	94,10
7.	Хлеб ржаной	40	81,92
8.	Напиток кисломолочный	200	114,40
<b>ПОЛДНИК 2 смена 7-11 лет</b>			
1.	Каша молочная( манная или пшенная)	200	186,2
2.	Кисломолочный продукт	200	105
<b>ЗАВТРАК 1 смена 12 лет и старше</b>			
1.	Салат из моркови с яблоком	100	140,83
2.	Пудинг из творога запеченый	200	427,35
3.	Сгущенное молоко	30	63,54
4.	Кофейный напиток с молоком	200	118,69
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
<b>ОБЕД 1 смена 12 лет и старше</b>			
1.	Салат из квашенной капусты	100	86,03
2.	Суп картофельный с клецками	250	133,1
3.	Тефтели рыбные тушеные в соусе	100	128,58
4.	Каша рисовая с морковью	180	250,80
5.	Шарлотка с яблоками	100	252,54
6.	Компот из смеси сухофруктов	200	131,49
7.	Хлеб пшеничный	60	141,15
8.	Хлеб ржаной	40	81,92

Директор МБОУ СОШ № 1 г. Лабинска

С.А. Гончаров

Зав. производством ООО "Формула вкуса-регионы"