

# МЕНЮ

Наименование и номер школы № 1 г Лабинска

Дата 12.09.2022

День: ПОНЕДЕЛЬНИК

Неделя: 1

Номер дня недели: 1

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.	Зеленый горошек консервированный	60	66,90
2.	Омлет натуральный	160	209,20
3.	Сыр порциями	15	51,51
4.	Какао с молоком	200	118,52
5.	Хлеб пшеничный	25	58,81
6.	Хлеб ржаной	25	57,52
7.	Фрукты свежие (яблоко)	120	55,50
<b>ОБЕД 2 смена 7-11 лет</b>			
1.	Икра кабачковая	60	53,57
2.	Борщ с картофелем и сметаной	200	120,26
3.	Плов с мясом	180	390,68
4.	Сок фруктовый	200	84,80
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
6.	Хлеб ржаной	40	81,92
<b>ПОЛДНИК 2 смена 7-11 лет</b>			
1.	Макаронник молочный	200	139,6
2.	Бутерброд с маслом сливочным 30/10	40	92,3
3.	Кофейный напиток	200	105,3
<b>ЗАВТРАК 1 смена 12 лет и старше</b>			
1.	Зеленый горошек консервированный	100	12,83
2.	Омлет натуральный	200	3,51
3.	Сыр порциями	20	0,00
4.	Какао смолоком	200	17,58
5.	Хлеб пшеничный	40	20,06
6.	Хлеб ржаной	45	22,23
	Фрукты свежие (яблоко)	120	12,25
<b>ОБЕД 1 смена 12 лет и старше</b>			
1.	Икра кабачковая	100	89,28
2.	Борщ с картофелем и сметаной	250	150,33
3.	Плов с мясом	230	472,93
4.	Сок фруктовый	200	84,80
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
6.	Хлеб ржаной	40	81,92

Директор МБОУ СОШ № 1 г. Лабинска

С.А. Гончаров