

# МЕНЮ

Наименование и номер школы № 1 г. Лабинска

Дата 13.09.2022

День: ВТОРНИК

Неделя: 1

Номер дня недели: 2

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.	Пудинг из творога запеченный	160	241,88
2.	Сгущенное молоко	30	63,54
3.	Кофейный напиток с молоком	200	118,69
4.	Хлеб пшеничный	40	94,10
5.	Напиток кисломолочный	200	114,40
<b>ОБЕД 2 смена 7-11 лет</b>			
1.	Овощи натуральные соленые (огурец соленый)	60	5,45
2.	Суп с крупой и томатом	200	67,03
3.	Биточки рубленые из птицы под соусом	90	170,76
4.	Каша вязкая пшенная	150	219,00
5.	Фрукты свежие (яблоко)	120	55,50
6.	Чай черный с сахаром	200	60,46
7.	Сыр порциями	30	103,02
8.	Хлеб пшеничный	40	94,10
9.	Хлеб ржаной	20	40,96
<b>ПОЛДНИК 2 смена 7-11 лет</b>			
1.	Омлет натуральный	155	168,4
2.	Зеленый горошек	60	32,6
3.	Бутерброд с маслом сливочным	30	92,3
	Чай с сахаром	200	40,8
<b>ЗАВТРАК 1 смена 12 лет и старше</b>			
1.	Салат из белокочанной капусты	100	77,83
2.	Биточки рубленые из птицы под соусом	100	189,74
3.	Каша вязкая пшенная	180	262,80
4.	Чай черный с сахаром	200	60,46
5.	Хлеб пшеничный	50	117,62
6.	Хлеб ржаной	40	92,03
7.	Напиток кисломолочный	200	114,40
<b>ОБЕД 1 смена 12 лет и старше</b>			
1.	Овощи натуральные соленые (огурцы соленые)	100	9,08
2.	Суп с крупой и томатом	250	83,79
3.	Зразы рыбные рубленые	100	253,30
4.	Картофель отварной	180	152,16
5.	Сыр порциями	20	68,68
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