

МЕНЮ  
обучающихся 1-4 классов  
МКОУ «Жемчужниковская ООШ»

на «22 мая» 2023г.

Понедельник. 1 неделя

Прием пищи	Наименование блюда	Выход (г)	Ккал
ЗАВТРАК	Омлет с зеленым горошком	185	189,4
	Чай с сахаром	200	26,8
	Батон йодированный	40	95
	Яблоко	120	53,3
	Зефир	35	113,2
	Итого		580
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты	60	8,5
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	100,9
	Рис отварной	150	203,5
	Курица тушеная с морковью	90	113,7
	Компот из смеси сухофруктов	200	81
	Хлеб ржано-пшеничный	30	58,7
	Батон йодированный	30	71,2
Итого		760	714,8

## М Е Н Ю

обучающихся 6-9 классов

МКОУ «Жемчужниковская ООШ»

на «22 мая» 2023г.

Понедельник 1 неделя

Прием пищи	Наименование блюда	Выход (г)	Ккал
ЗАВТРАК	Омлет с зеленым горошком	185	189,4
	Чай с сахаром	200	26,8
	Батон йодированный	40	95
	Яблоко	120	53,3
	Зефир	35	113,2
	Итого		580
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты	60	8,5
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	100,9
	Рис отварной	150	203,5
	Курица тушеная с морковью	90	113,7
	Компот из смеси сухофруктов	200	81
	Хлеб ржано-пшеничный	30	58,7
	Батон йодированный	30	71,2
	Итого		760