

М Е Н Ю

обучающихся 1-4 классов

МКОУ «Жемчужниковская ООШ»

на «23 мая» 2023г.

Вторник.1 неделя

Прием пищи	Наименование блюдо	Выход (г)	Ккал
ЗАВТРАК	Свекла отварная дольками	60	25,2
	Масло сливочное порциями	10	66,1
	Макароны отварные	160	209,9
	Котлета рыбная любительская треска	90	99,8
	Чай с лимоном и сахаром	200	27,9
	Батон йодированный	30	71,2
	Итого		
ОБЕД	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	37,5
	Лапша	250	166,4
	Суп гороховый	150	139,4
	Гуляш из говядины	90	208,9
	Напиток из шиповника	200	65,4
	Батон йодированный	30	71,2
	Хлеб ржано-пшеничный	30	58,7
	Итого		

М Е Н Ю
обучающихся 6- 9 классов
МКОУ «Жемчужниковская ООШ»

на «23 мая» 2023г.

Вторник.1 неделя

Прием пищи	Наименование блюда	Выход (г)	Ккал
ЗАВТРАК	Свекла отварная дольками	60	25,2
	Масло сливочное порциями	20	66,1
	Макароны отварные	180	209,9
	Котлета рыбная любительская треска	100	99,8
	Чай с лимоном и сахаром	200	27,9
	Батон йодированный	30	71,2
	Итого		
ОБЕД	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	37,5
	Суп гороховый	250	166,4
	Картофельное пюре	180	139,4
	Гуляш из говядины	100	208,9
	Напиток из шиповника	200	65,4
	Батон йодированный	30	71,2
	Хлеб ржано-пшеничный	30	58,7
	Итого		