

МЕНЮ

Обучающихся 1-4 классов

МКОУ «Жемчужниковская ООШ»

На « 5 » мая 2023г.

Пятница. 2 неделя.

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход (г) | Ккал |
|------------|--|-----------|-------|
| ЗАВТРАК | Салат из моркови и яблок | 80 | 99 |
| | Рагу из овощей | 150 | 133,3 |
| | Котлета из курицы | 90 | 151,8 |
| | Чай с лимоном и сахаром | 200 | 27,9 |
| | Батон йодированный | 30 | 71,2 |
| | Итого | | |
| ОБЕД | Огурец в нарезке | 60 | 8,5 |
| | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250 | 138 |
| | Рис припущенный | 150 | 196,8 |
| | Оладьи из печени по-кунцевски | 90 | 210,9 |
| | Напиток из шиповника | 200 | 65,4 |
| | Батон йодированный | 30 | 71,2 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 58,7 |
| | Итого | | |

МЕНЮ

Обучающихся 6-8 классов

МКОУ «Жемчужниковская ООШ»

На « 5 » мая 2023г.

Пятница. 2 неделя.

| Прием пищи | Наименование блюдо | Выход (г) | Ккал | |
|------------|--|-----------|-------|-------|
| ЗАВТРАК | Салат из моркови и яблок | 100 | 99 | |
| | Рагу из овощей | 180 | 133,3 | |
| | Котлета из курицы | 100 | 151,8 | |
| | Чай с лимоном и сахаром | 200 | 27,9 | |
| | Батон йодированный | 30 | 71,2 | |
| | Итого | | | 483,2 |
| ОБЕД | Огурец в нарезке | 100 | 8,5 | |
| | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250 | 138 | |
| | Рис припущенный | 180 | 196,8 | |
| | Оладьи из печени по-кунцевски | 100 | 210,9 | |
| | Напиток из шиповника | 200 | 65,4 | |
| | Батон йодированный | 30 | 71,2 | |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 58,7 | |
| | Итого | | | 749,5 |