



Директор МКОУ «Приморская СШ»

Согласовано:
Л.И. Чижова

МЕНЮ

« 08 » декабря

2021 год

| ЗАВТРАК | | | | |
|---|-----------------------|---|------------------------|--|
| Наименование блюд | Масса порции 7-11 лет | Ккал (энергетическая ценность) 7-11 лет | Масса порции 11-18 лет | Ккал (энергетическая ценность) 11-18 лет |
| - овсянка по сезону (полезная с фруктами) | 60 | 25,4 | 100 | 42,8 |
| - каша, перловая в соусе с овощами | 180 | 296,3 | 200 | 328,4 |
| - мясо курицы | 10 | 66,1 | 10 | 66,1 |
| - чай с печеньем | 200/15/4 | 61,6 | 200/15/4 | 61,6 |
| - хлеб пшеничный | 50 | 114,8 | 50 | 114,8 |
| ОБЕД | | | | |
| - овсянка по сезону (полезная с фруктами) | 60 | 25,4 | | |
| - суп куриный "перловый" (перловка) с овощами | 200/10 | 129,0 | | |
| - котлеты куриные с соусом | 90/20 | 243,5 | | |
| - салат овощной | 150 | 148,2 | | |
| - компот из фруктов | 200 | 112,4 | | |
| - хлеб пшеничный | 30 | 84,8 | | |
| - хлеб ржано-пшеничный | 20 | 39,6 | | |

Медицинская сестра

С.А. Ачкасова