



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ Отрадovской СОШ
Ж.А. Котова

МЕНЮ

ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ

Дата 11.11.2020

| Наименование блюда | ВЫХОД, (г) | Ккал | Пищевые вещества (г) | | | | |
|-------------------------------|---------------|------|----------------------|------|----------|-----------|--------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | клетчатка | Орг.к- ты |
| 1-ый завтрак | | | | | | | |
| рыба запеченная с овощами | 120 | 216 | 8 | 9 | 43 | 1,14 | 0,312 |
| картофель отварной сл.м. | 180 | 179 | 5,97 | 7,92 | 22,72 | 0,04 | 0,01 |
| хлеб пшеничный | 50 | 120 | 2,28 | 0,24 | 12,76 | 0,76 | 0,09 |
| кофейный напиток с молоком | 200г | 104 | 6 | 8 | 10 | 0 | 0 |
| Итого | | 22,3 | 24,7 | 27,3 | 23,1 | | |

Повар Швед /Н.А.Швед