

«Утверждаю»

Директор МОУ Любимской СОШ:

Н.Н. Смирнова

МЕНЮ ЗАВТРАКА

с 2 по 8 мая 2024 года

Наименование	Норма выхода (г)	
	7-11 лет	12-18 лет
Четверг 2.05		
Тефтели мясные в томатном соусе	110	110
Макаронные изделия отварные	150	200
Чай с сахаром	180	180
Бутерброд с сыром	20/20	20/20
Хлеб ржаной	30	30
Энергетическая ценность (ккал)	622	680
Пятница 3.05		
Запеканка из творога с джемом	100/10	200/20
Какао с молоком	180	180
Фрукт	150	150
Энергетическая ценность (ккал)	688	806
Понедельник 6.05		
Овощи натуральные свежие	100	100
Котлета рыбная	75	75
Картофельное пюре	150	180
Чай с сахаром	180	180
Хлеб ржаной	30	30
Энергетическая ценность (ккал)	517	
Вторник 7.05		
Котлета (из говядины)	50	100
Рис отварной	150	180
Чай с сахаром и лимоном	180/7	180/7
Хлеб ржаной	30	30
Энергетическая ценность (ккал)	596	765
Среда 8.05		
Каша вязкая молочная из риса и пшена	210	250
Какао с молоком	180	180
Бутерброд с сыром	20/20	20/20
Фрукт	100	100
Энергетическая ценность (ккал)	566	605

Стоимость завтрака 75 руб.

«Утверждаю»

Директор МОУ Любимской СОШ:

Н.Н. Смирнова

МЕНЮ ОБЕДА

с 2 по 8 мая 2024 года

Наименование	Норма выхода (г)	
	7-11 лет	12-18 лет
Четверг 2.05		
Суп картофельный с бобовыми	250	250
Гуляш (из говядины)	100	100
Каша гречневая рассыпчатая	150	200
Компот из черной смородины	180	180
Хлеб ржаной	30	60
Энергетическая ценность (ккал)	699	855
Пятница 3.05		
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	210	260
Биточки (из говядины)	90	100
Рис отварной	150	180
Соус красный основной	50	50
Чай с сахаром	180	180
Хлеб ржаной	30	60
Энергетическая ценность (ккал)	750	905
Понедельник 6.05		
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	210	260
Плов (из говядины)	150	200
Компот из черной смородины	180	180
Хлеб ржаной	60	60
Печенье	90	90
Энергетическая ценность (ккал)	1125	1249
Вторник 7.05		
Рассольник ленинградский, со сметаной	260	260
Птица отварная	100	100
Макаронные изделия отварные	150	200
Компот из свежих плодов	180	180
Хлеб ржаной	30	60
Энергетическая ценность (ккал)	1179	1305
Среда 8.05		
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	210	260
Котлета рубленая из птицы	80	80
Рис отварной	150	180
Соус красный основной	50	50
Компот из свежих плодов	180	180
Хлеб ржаной	30	60
Энергетическая ценность (ккал)	1100	1230

Стоимость обеда 75 руб.