



Директор MAOU COШ №9

С.Н. Березовская

21 сентября 2021 г.

МЕНЮ

по столовой MAOU COШ № 9

21 сентября 2021 год

(день восьмой)

Завтрак

учащиеся 1 – 4 классов

Наименование блюд	Вес порции гр.	калорийность
Нарезка из свежих овощей (огурцы)	60	13,20
Котлеты (биточки) из мяса птицы	90	153,79
Рагу из овощей	150	216,97
Хлеб пшеничный	25	58,81
Хлеб ржаной	25	57,52
Какао с молоком	200	118,52
Фрукты свежие (яблоки)	120	66,60

Завтрак

учащиеся 5-11 классов

Наименование блюд	Вес порции гр.	калорийность
Нарезка из свежих овощей (огурцы)	80	13,25
Мясо птицы запеченное (бедро)	100	221,44
Рагу из овощей	180	263,52
Хлеб пшеничный	25	58,81
Хлеб ржаной	25	57,52
Какао с молоком	200	118,52

Обед

учащиеся 2 - 3 классов

Наименование блюд	Вес порции гр.	калорийность
Нарезка из свежих овощей (огурцы)	60	13,20
Борщ с капустой и картофелем	250	95,20
Мясо птицы запеченное (бедро)	90	122,61
Каша рисовая рассыпчатая	150	190,60
Хлеб ржаной	20	57,52
Хлеб пшеничный	40	94,10
Напиток из сухофруктов	200	88,28
Фрукты свежие (яблоки)	120	66,60

Повар MAOU COШ №9

Лавриненко Н.В.