



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАОУ "Нижнеаремзянская СОШ"

Нугманов Р.Р.

"28" 01 2021 год

## МЕНЮ

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак</b>						
Салат из моркови, яйца и огурца	100	4,1	7,3	5,8	105,3	80
Котлета из говядины и курицы "Школьные"	120	14,1	10,3	15,2	209,9	
каша гречневая вязкая отварная	180	2,0	5,4	29,2	173,4	
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60	
Хлеб	40	1,7	0,4	7,5	80,2	
<b>2 завтрак</b>		<b>27,5</b>	<b>16,1</b>	<b>106,9</b>	<b>683,0</b>	<b>109,6</b>
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	80	0,7	0,1	1,3	9	
Суп "Бабушкин" с мясными шариками	250/55	5,5	3,9	14,0	113	
Котлета по- волжски с маслом	100/5	12,1	10,5	16,2	208	
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	176	
Компот из сухофруктов +витамин "С"	200	0,7	0,0	23,9	98	
Хлеб	130	8,5	1,6	51,5	255	
<b>ИТОГО:</b>		<b>50</b>	<b>40</b>	<b>180</b>	<b>1312</b>	<b>189,6</b>

завхоз Баскаль Д.А.

Повар

*Баскаль Д.А.*  
*Г.*