

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБОУ
Ухоловской средней школы

Н.И. Шмаева

М Е Н Ю

горячего завтрака в школьной столовой для питания учащихся с 7 до 11 лет.

16 декабря 2021 г.

	Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность (ккал)
	Фрукт свежий- груша	200	94
Завтрак	Йогурт фруктовый	100	97,5
	Рыба, тушенная в томате с овощами	50/50	105
	Рис отварной с маслом сливочным	150/10	275,7
	Чай с сахаром	200	60
	Хлеб пшеничный	38	89,06
	Хлеб ржаной	20	47,67
Итого			749,43