

«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.*

*17 марта 2022 г.*

|         | Наименование блюда               | Выход (г) | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |
|---------|----------------------------------|-----------|--------------------------------------|
| Завтрак | Йогурт фруктовый                 | 100       | 97,5                                 |
|         | Фрукт свежий- груша              | 200       | 47                                   |
|         | Рыба, тушеная 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   |                                  |           | 721,93                               |