

**«УТВЕРЖДАЮ»**  
**Директор МБОУ**  
**Ухоловской средней школы**

\_\_\_\_\_  
**Н.И. Шмаева**

# **МЕНЮ**

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

**7 апреля 2022 г.**

|                | <b>Наименование блюда</b>        | <b>Выход (г)</b> | <b>Энергетическая<br/>ценность<br/>(ккал)</b> |
|----------------|----------------------------------|------------------|-----------------------------------------------|
| <b>Завтрак</b> | Йогурт фруктовый                 | 100              | 97,5                                          |
|                | 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                                         |
| <b>Итого</b>   |                                  |                  | <b>674,93</b>                                 |