

Ежедневное меню  
для организации горячего питания обучающихся  
МАОУ «Подгороднепокровская СОШ»

Дата 13.09.2023 / 8 день

Наименование блюда	1 – 4 классы		5 – 11 классы	
	Масса порции	Энергетическая ценность	Масса порции	Энергетическая ценность
<b>Завтрак</b>				
Рыба запеченная	90	147,8	100	202,5
Соус сметанный	30	22,4	30	22,4
Каша рисовая с овощами гречневая	150	244,3	200	325,8
Чай с лимоном	200	63,7	200	63,7
Яблоко	100	56,8	100	56,8
Хлеб пшеничный	20	47,4	20	47,4
<b>Обед</b>				
Овощи свежие в порезке	60	8,44	100	14,1
Суп-лапша домашняя	200	61,8	250	77,3
Плов из отварной говядины	200	443,5	200	443,5
Напиток из черной смородины	200	103,9	200	103,9
Хлеб ржаной	20	40,8	20	40,8
Хлеб пшеничный	40	94,7	40	94,7
<b>Полдник</b>				
Кондитерское изделие	50	170,0	100	340,0
Йогурт	250	100,0	250	100,0

Шеф-повар  Михайлова М.А.

