

Утверждаю
Директор МОАУ «СОШ № 10»
О.С.Речкин

Сезон: *весенний период*

День: 5 день примерного меню

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Сырники из творога с повидлом	150/15	431
Фрукт (яблоко)	1/120	58
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	25	55,5

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Сырники из творога с повидлом	180/25	476
Фрукт (яблоко)	1/120	58
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	50	70,5

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Икра свекольная	60	108
Суп крестьянский со сметаной	200/10	392
Плов из птицы	200	59
Сок	200	94
Хлеб пшеничный	35	82,2
Хлеб ржаной	25	49,7

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Сырники из творога с повидлом	150/15	431
Фрукт (яблоко)	1/120	58
Чай с сахаром	200	54,9
Хлеб пшеничный	20	93,6

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Суп крестьянский со сметаной	200/5	108
Чай с сахаром	180	22,5
Хлеб пшеничный	20	94

Ког Е.В. Когликова