

«Утверждаю»

Директор МОУ Ермаковская СОШ

**Меню завтрака**  
**с 16 по 20 октября 2023**

Наименование	Норма выхода (г)	
	7-11	12-18
<b>понедельник</b>		
Каша вязкая молочная из риса с маслом	210	250
Какао с молоком	180	180
бутерброд с сыром	20\20	20\20
Фрукты свежие (яблоко)	100	100
<b>Энергетическая ценность(ккал)</b>	<b>509</b>	<b>532</b>
<b>вторник</b>		
картофельное пюре	180	200
котлета из курицы	80	100
чай с сахаром	200	200
хлеб пшеничный	20	30
<b>Энергетическая ценность(ккал)</b>	<b>581</b>	<b>640</b>
<b>среда</b>		
запеканка из творога/сгущенное молоко	200	250
какао с молоком	200	200
хлеб пшеничный	20	20
кондитерское изделие	30	30
<b>Энергетическая ценность(ккал)</b>	<b>690</b>	<b>738</b>
<b>четверг</b>		
котлета рыбная	80	100
рис отварной рассыпчатый	180	200
чай с сахаром	200	200
бутерброд с сыром	40	40
хлеб ржаной	20	20
<b>Энергетическая ценность(ккал)</b>	<b>662</b>	<b>702</b>
<b>пятница</b>		
котлета мясная	80	100
макаронные изделия отварные	180	200
чай с лимоном	200	200
хлеб ржаной	60	60
кондитерское изделие (печенье)	30	30
<b>Энергетическая ценность(ккал)</b>	<b>781</b>	<b>825</b>

**Стоимость завтрака 75 руб.**