



УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОРА ШКОЛЫ Ю.С. ИЛЛАРИОНОВА



# МЕНЮ

01 июня 2023 г

четверг

## ЗАВТРАК

	ВЕС	ККАЛ	БЖУ
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/15	157	6/8/15
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	150/20	459	18/13/34
ЧАЙ С САХАРОМ	200	60	0/0/15

## ОБЕД

	ВЕС	ККАЛ	БЖУ
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И ПОМИДОР	60	42	1/4/2
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250/5	107	2/6/12
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	261	8/8/43
БИТОЧКИ	100	389	12/32/13
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	133	1/0/32
ХЛЕБ/БАТОН	30/20	117	3/0/25



УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОРА ШКОЛЫ № 10 С. ИЛДРИОНОВА



# МЕНЮ

02 июня 2023 г

пятница

## ЗАВТРАК

	ВЕС	ККАЛ	БЖУ
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	75	1/6/4
ОМЛЕТ ПАРОВОЙ	110	236	11/20/3
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200/7	62	0/0/15
БАТОН	30	81	2/0/15

## ОБЕД

	ВЕС	ККАЛ	БЖУ
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	60	36	1/2/4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	175	37/41/3
ПЛОВ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	200	336	14/7/41
СОК	200	85	1/0/20
ХЛЕБ/БАТОН	30/20	117	3/0/25



УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОРА ШКОЛЫ Ю.С. ИЛЬЯРИОНОВА



# МЕНЮ

03 июня 2023 г

суббота

## ЗАВТРАК

	ВЕС	ККАЛ	БЖУ
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ	60	57	1/0/13
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	334	6/11/53
ЧАЙ С САХАРОМ	200	60	0/0/15
БАТОН	30	81	2/0/15

## ОБЕД

	ВЕС	ККАЛ	БЖУ
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	48	0/4/3
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250/5	104	2/5/11
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	183	4/6/27
ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	50/50	160	11/11/4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	133	1/0/32
ХЛЕБ/БАТОН	30/20	117	3/0/25