

Утверждаю:  
Директор МБОУ «Навесненская СОШ»  
Федянин А.В.

## МЕНЮ

на 10 марта 2021 г.

### Завтрак

#### Выход

#### Калорийность

7-11 лет

- |                           |           |           |
|---------------------------|-----------|-----------|
| 1. Бутерброд с колбас. вк | 0,07/0,03 |           |
| 2. Салат из помидор       | 0,1       | 160 ккал. |
| 3. Чай с сахар.           | 0,2       | 60        |

11-18 лет

- |                            |            |     |
|----------------------------|------------|-----|
| 1. Бутерброд с колбасой вк | 0,058/0,02 |     |
| 2. Салат из помидор        | 0,1        | 160 |
| 3. Чай с сахар.            | 0,2        |     |

### Обед

#### Выход

#### Калорийность

7-11 лет

- |                               |       |           |
|-------------------------------|-------|-----------|
| 1. Суп картофель. с фасолью   | 0,25  | 230       |
| 2. Жарен. перловка.           | 0,18  | 249 ккал. |
| 3. Месо кур. грудки с соусом. | 0,1   | 340 ккал. |
| 4. Хлеб                       | 0,118 | 61        |
| 5. Сок                        | 0,23  |           |

11-18 лет

- |                              |       |     |
|------------------------------|-------|-----|
| 1. Суп картофель. с фасолью  | 0,25  | 230 |
| 2. Жарен. перловка           | 0,18  | 249 |
| 3. Месо кур. грудки с соусом | 0,1   | 340 |
| 4. Хлеб                      | 0,094 | 61  |
| 5. Соус соевый. напиток      | 0,2   |     |

Повар:

Н.В. Жукова Н.В. Жукова