

Утверждаю

Директор МБОУ Торопецкая СОШ № 1

 Калинина Н.Г.



**28.июня**

Наименование блюда	Масса порции от 7 до 11 лет	Масса порции от 12 и старше	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
<b>Завтрак</b>						
Рис рассыпчатый	150	200	4,68	5,743	44,795	245,23
Грудка куриная на пару	100	100	7,52	8,32	3,77	114,9
Компот	200	200	0,12	0,1	27,5	111,38
Хлеб пшеничный	20	20	1,58	0,4	9,6	46,76
Хлеб ржаной	20	20	1,3	0,24	0,525	36,2
<b>Обед</b>						
Салат из белокочанной капусты с огурцом	100	100	1,41	5,08	9,02	87,4
Суп картофельный с рисом и курицей	250	250	1,98	2,74	14,58	90,75
Жаркое по-домашнему	200	200	13,87	25,788	45,32	498,52
Хлеб ржаной	40	40	2,6	0,48	1,05	72,4
Чай с сахаром	200/15	200/15	0,53	0,00	9,87	41,6
Хлеб пшеничный	20	20	1,58	0,4	9,6	46,76