

ИП Ашихмин С.Н.

"Согласовано"  
И.о. директора  
МБОУ "Лесогорская СОШ"

  
В.А.Бельщикова  
М.П.



Меню на  
18 марта 2025, с 7 до 11 лет

### ЗАВТРАК

Наименование	Выход	Цена	Калорий- ность	Белки	Жиры	Углеводы
Запеканка творожная с соусом молочным сладким №327	200	62,4	264	12	11	36
Кофейный напиток на молоке	200		155	4	3	29
Батон пшеничный в/с	30		70	2,37		14
Яблоко	100		67,1	0,8	5,5	4,3
Итого	530		556	19	20	83
Молоко	200	16	113,76	6,1	5,44	10,1

### ОБЕД

Салат витаминный (2 вариант)	60		93	1,6	3,7	13,3
Суп картофельный с макаронными изделиями	200		84	2	4	14
Кура отварная	10		21	2	1	
Котлета рыбная (минтай) с соусом №326	90	85,6	189	12	12	9
Рис отварной	150		210	4	5	37
Чай с сахаром и лимоном	200		42			10
Хлеб пшеничный	20		47	1,58	0,2	9,7
Хлеб ржано-пшеничный	40		91,9	2,24	0,44	20
Итого	770	148	778	25	26	113

Ответственный за питание:

