



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Заветинская НШ-ДС»



« 22 » ноября 2023 года (среда 4 неделя)

комплексный завтрак, обед (льготное)

№ п.п.	Наименование	Масса порции (г.)	Энергетическая ценность(ккал)
1.	Бутерброд с сыром и маслом	60	154
2.	Омлет натуральный	150	211,93
3.	Какао на молоке	200	104,05
4.	Фрукты свежие по сезону	150	38
5.	Хлеб пшеничный	50	125
	Итого завтрак	610	632,98
1.	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	60	56,35
2.	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	210	108,54
3.	Бефстроганов из отварного мяса	110	189,64
4.	Рис припущенный с овощами	150	256,34
5.	Сок фруктовый	200	92
6.	Хлеб ржано-пшеничный	40	80
7.	Хлеб пшеничный	30	75
	Итого обед	800	857,87

Приятного аппетита!



