



Утверждаю:  
ИП Лесник Е.В.  
Лесник Е.В. Лесник



Согласовано  
Директор МБОУ "Ванзетурская СОШ"  
Алтухова А.В. Алтухова



### МЕНЮ

18 марта 2022 года

	Наименование	Калорийность	Норма
ЗАВТРАК	Какао с молоком	141,37	200
	Каша пшеничная на молоке и масле сливочном	213	200/10,250/15
	Масло сливочное	74,76	10
	Хлеб пшеничный	245,5	100
	Сыр	105,18	30
ОБЕД	Салат из свежих помидоров и огурцов	48	80/100
	Суп картофельный с лапшой	108,98	200/250
	Плов из говядины	418,16	200/250
	Компот из сухофруктов + Витамин С	122,85	200
	Хлеб пшеничный	245,5	100

Повар: Собянина Н.В. Собянина



Утверждаю:  
ИП Лесник Е.В.  
Лесник Е.В. Лесник



Согласовано:  
Директор МБОУ "Ванзетурская СОШ"  
Алтухова А.В. Алтухова



**МЕНЮ**  
22 марта 2022 года

	Наименование	Калорийность	Норма
ЗАВТРАК	Какао с молоком	98 ккал	200мл
	Каша пшеничная на молоке и масле сливочном	205 ккал	200/10гр, 250/15гр
	Масло сливочное	74,76 ккал	10гр
	Хлеб пшеничный	245,5 ккал	100гр
	Вафли	208 ккал	40гр
ОБЕД	Салат из свеклы с соленьем огурцом	67,74 ккал	80гр/100гр
	Суп картофельный с бобовыми	175,5 ккал	200гр/250гр
	Каша гречневая рассыпчатая	288 ккал	150гр/200гр
	Тефтели из говядины с соусом	175,46 ккал	80гр/100гр
	Компот из свежих плодов+Витамин С	89 ккал	200мл
	Хлеб пшеничный	245,5 ккал	100гр

Повар: Собынина Н.В. Собынина

Утверждаю:  
ИП Лесник Е.В.  
Лесник Е.В. Лесник



Согласовано:  
Директор МБОУ "Ванзетурская СОШ"  
Алтухова А.В. Алтухова



МЕНЮ  
23 марта 2022 года

	Наименование	Калорийность	Норма
ЗАВТРАК	Чай с молоком и сахаром	61 ккал	200мл
	Каша рисовая на молоке и масле сливочном	204,49 ккал	200/10гр,250/15гр
	Масло сливочное	74,76 ккал	10гр
	Хлеб пшеничный	245,5 ккал	100гр
	Булочка сдобная	317 ккал	100гр
ОБЕД	Салат из капусты, моркови и кукурузы	88 ккал	80гр/100гр
	Свекольник со сметаной	175,5 ккал	200гр/250гр
	Каша перловая	134,11 ккал	150гр/200гр
	Фрикадельки мясные с соусом	175,10 ккал	80гр/100гр
	Кисель+Витамин С	109 ккал	200мл
	Хлеб пшеничный	245,5 ккал	100гр

Повар: Собянина Н.В. Собянина

Утверждаю:  
ИП Лесник Е.В.  
Лесник Е.В.



Согласовано  
Директор МБОУ "Ванзетурская СОШ"  
Алтухова А.В.



**МЕНЮ**  
24 марта 2022 года

	Наименование	Калорийность	Норма
ЗАВТРАК	Чай с лимоном и сахаром	61 ккал	200мл
	Макароны запеченные с сыром	284 ккал	200/10гр,250/15гр
	Икра кабачковая	59,90 ккал	10гр
	Хлеб пшеничный	245,5 ккал	100гр
	Груша	47,62 ккал	100гр
ОБЕД	Салат картофельный с зеленым горошком	118,86 ккал	80гр/100гр
	Суп из овощей со сметаной	157,90 ккал	200гр/250гр
	Картофель отварной с маслом	159 ккал	150гр/200гр
	Печень по строгановски	224 ккал	80гр/100гр
	Компот из быстрозамороженных+Витамин С	71,52 ккал	200мл
	Хлеб пшеничный	245,5 ккал	100гр

Повар: Собянина Н.В.

Утверждаю:  
ИП Лесник Е.В.  
Лесник Е.В. *Лесник*

Согласовано:  
Директор МБОУ "Ванзетурская СОШ"  
Алтухова А.В. *Алтухова*

**МЕНЮ**  
25 марта 2022 года

	Наименование	Калорийность	Норма
<b>ЗАВТРАК</b>	Какао с молоком	98 ккал	200 мл
	Суп молочный с маслом сливочным	148 ккал	200/10гр, 250/15 гр
	Масло сливочное	74,76 ккал	10гр
	Хлеб пшеничный	245,5 ккал	100гр
	Яйцо вареное	59,49 ккал	40гр
<b>ОБЕД</b>	Салат Школьный	78 ккал	80гр/100гр
	Суп крестьянский со сметаной	78,15 ккал	200гр/250гр
	Капуста тушеная с говядиной	549,14 ккал	200гр/250гр
	Компот из сухофруктов + Витамин С	85,68 ккал	200мл
	Хлеб пшеничный	245,5 ккал	100гр

Повар: Собянина Н.В. *Собянина*