**МАОУ «Комсомольская СОШ»**

**МЕНЮ**

**на «16» января 2023г.**

|  |  |
| --- | --- |
|  **Наименование блюда** | **Выход блюда** |
|  **Завтрак:** | **ясли** | **сад** |
| Каша Дружба | **150** | **200** |
| Батон с маслом | **30/3** | **40/5** |
| Чай  | **150** | **200** |
|  **2 Завтрак:** |  |  |
| Сок  | **100** | **100** |
|  **Обед:** |  |  |
| Салат витаминный | **40** | **50** |
| Суп из разных овощей  | **150** | **200** |
| Рыба отварная с молочным соусом  | **60/10** | **70/30** |
| Картофельное пюре | **100** | **130** |
| Компот с изюмом | **150** | **200** |
| Хлеб | **40** | **50** |
|  **Полдник:** |  |  |
| Молоко  | **150** | **200** |
| Печенье  | **10** | **20** |
| **Ужин:** |  |  |
| Плов вегетарианский | **120** | **150** |
| Чай с лимоном  | **150** | **200** |
| Хлеб | **30** | **40** |