**МАОУ «Комсомольская СОШ»**

**МЕНЮ**

**на «19» января 2023г.**

|  |  |
| --- | --- |
|  **Наименование блюда** | **Выход блюда** |
|  **Завтрак:** | **ясли** | **сад** |
| Каша гречневая | **150** | **200** |
| Батон  | **30** | **40** |
| Чай  | **150** | **200** |
|  **2 Завтрак:** |  |  |
| Сок  | **100** | **100** |
|  **Обед:** |  |  |
| Суп крестьянский с крупой  | **150** | **200** |
| Рыба тушеная в томате с овощами | **60** | **70** |
| Рис отварной | **100** | **130** |
| Компот из яблок | **150** | **200** |
| Хлеб | **40** | **50** |
|  **Полдник:** |  |  |
| Молоко | **150** | **200** |
| Мармелад  | **10** | **20** |
| **Ужин:** |  |  |
| Творожная запеканка со сгущенным молоком | **150/15** | **170/30** |
| Чай  | **150** | **200** |
| Хлеб | **30** | **40** |