Утверждаю

Директор школы: Губарева О.А.

МЕНЮ

на 13.11.2023 год.

Прием пищи	Наименование блюда,кулинарного изделия	Дети 7 – 10 лет		
		вес	вес	калорий-ность
Завтрак	Каша манная молочная	0,180	0,220	341
	Бутерброд с маслом и сыром	0,077	0,077	257
	Кофейн.напиток с молоком	0,200	0,200	140
	Хлеб ржаной	0,030	0,050	107
2-ой зав-трак	Яблоко	1	1	76
Обед	Салат из квашен.капусты	0,080	0,080	105
	Суп гороховый на к/б	0,350	0,400	280
	Котлета мясная паровая с карт.пюре	0,090/0,210	0,090/0,250	366/309
	Сок	0,200	0,200	94
	Хлеб ржаной,батон	0,040	0,050	107
		0,050	0,100	297
Полдник	Пряники	0,100	0,100	336
	Кисель	0,200	0,200	156
	Батон	0,050	0,050	148
Ужин	Салат из свеклы и яблок	0,090	0,090	92
	Запеканка творожно-рисовая со сгущен.молоком	0,210/0,050	0,250/0,050	500
	Бутерброд с маслом	0,060	0,060	223
	Чай с молоком	0,200	0,200	130
	Хлеб ржаной	0,030	0,050	107
	Снежок	0,200	0,200	118