

Утверждаю

Директор школы Губарева О.А.

МЕНЮ

на 15.11.2023 год.



Прием пищи	Наименование блюда, кулинарного изделия	Дети 7 – 10 лет	Дети 11 - 17 лет	калорийность
		вес	вес	
Завтрак	Суп пшеничный молочный	0,350	0,400	330
	Бутерброд с маслом	0,060	0,060	223
	Кофейн.напиток с молоком	0,200	0,200	140
	Хлеб ржаной	0,030	0,050	107
2-ой завтрак	Яблоко	1	1	76
Обед	Салат из св.огурцов	0,100	0,100	59
	Свекольник на к/б со сметан.	0,350	0,400	228
	Курица отварная с подливой	0,120	0,140	284
	Гороховое пюре	0,140	0,160	250
	Сок	0,200	0,200	94
	Хлеб ржаной, батон	0,040	0,050	107
		0,050	0,100	297
Полдник	Ватрушка с творогом и изюмом	0,135	0,135	470
	Компот из с/ф	0,200	0,200	154
Ужин	Рыба тушен.с овощами	0,110	0,140	182
	Картофельное пюре	0,210	0,250	309
	Бутерброд с маслом	0,060	0,060	223
	Чай с лимоном	0,200	0,200	81
	Хлеб ржаной	0,030	0,050	107
	Снежок	0,200	0,200	118