Утверждаю

Директор школы: Губарева О.А.

МЕНЮ

на 18.11.2023 год.

Прием пищи	Наименование блюда,кулинарного изделия	Дети 7 – 10 лет	Дети 11 -17 лет	
		вес	вес	калорий-ность
Завтрак	Суп вермишелевый молочный	0,350	0,400	315
	Бутерброд с маслом	0,060	0,060	223
	Кофейный напиток с молоком	0,200	0,200	118
	Хлеб ржаной	0,030	0,050	107
2-ой завтрак	Яблоко	1	1	76
	Кукурузные палочки	1	1	
Обед	Салат «Витаминный»	0,140	0,140	120
	Суп крестьянский на к/б	0,350	0,400	280
	Бефстроганов с карт.пюре	0,160/0,210	0,170/0,250	337/309
	Сок	0,200	0,200	94
	Хлеб ржаной,батон	0,040	0,050	107
		0,050	0,100	297
Полдник	Яйцо	1	1	157
	Кисель	0,200	0,200	156
	Пряники	0,100	0,100	336
	Батон	0,050	0,050	148
Ужин	Салат из свеклы и солен.огурц	0,100	0,100	59
	Тефтели рыбные с отварн. ри-сом	0,130/0,140	0,180/0,175	393/236
	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