

Утверждаю

Директор школы:

Губарева О.А.

МЕНЮ

на 20.11.2023 год.



	Наименование блюда,кулинарного изделия	Дети 7 – 10 лет	Дети 11 -17 лет	калорийност
		вес	вес	
Завтрак	Каша манная молочная	0,180	0,220	391
	Бутерброд с маслом и сыром	0,077	0,077	257
	Кофейн.напит. с молоком	0,200	0,200	118
	Хлеб ржаной	0,030	0,050	107
2-ой зав-трак	Груши	1	1	92
Обед	Сельдь с луком	0,100	0,100	242
	Суп полевой на к/б со сметаной	0,350	0,400	252
	Рагу с картоф.пюре	0,120/0,210	0,140/0,250	379/309
	Сок	0,200	0,200	94
	Хлеб ржаной	0,040	0,050	107
	Батон	0,050	0,100	297
Полдник	Яйцо	1	1	157
	Чай с лимоном	0,200	0,200	81
	Батон	0,050	0,050	148
Ужин	Салат из св.помидоров	0,100	0,100	64
	Отварная рыба с овощной запеканкой	0,035/0,220	0,055/0,260	180/330
	Бутерброд с маслом			
	Компот из с/ф	0,060	0,060	223
	Хлеб ржаной	0,200	0,200	154
		0,030	0,050	107
	Снежок	0,200	0,200	118