

Утверждаю

Директор школы Губарева О.А.

МЕНЮ

на 23.11.2023 год.



	Наименование блюда, кулинарного изделия	Дети 7 – 10 лет	Дети 11 -17 лет	калорийность
		вес	вес	
Завтрак	Омлет из 2х яиц	0,180	0,180	140
	Бутерброд с маслом	0,060	0,060	223
	Какао с молоком	0,200	0,200	118
	Хлеб ржаной	0,030	0,050	107
2-ой завтрак	Яблоко	1	1	92
	Кукурузные палочки	1	1	
Обед	Салат луковый	0,080	0,080	77
	Суп картоф. с клецками на к/б	0,350	0,400	281
	Гуляш с подливой и горохом	0,120/0,140	0,140/0,160	378/250
	Сок	0,200	0,200	94
	Хлеб ржаной	0,040	0,050	107
	Батон	0,050	0,100	297
Полдник	Лапшевник с творогом и по- видлом	0,130/0,030	0,130/0,030	550
	Компот из с/ф	0,200	0,200	154
	Батон	0,050	0,050	148
Ужин	Салат из св.огурцов и поми- доров	0,110	0,110	78
	Тефтели рыбные с овощным рагу	0,130/0,200	0,180/0,270	393/330
	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