

Утверждаю

Директор школы: Губарева О.А.

МЕНЮ

на 26.11.2023 год.



	Наименование блюда,кулинарного изделия	Дети 7 – 10 лет	Дети 11 -17 лет	калорийность
		вес	вес	
Завтрак	Су-лапша молочный	0,300	0,400	332
	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 зав-трак	Яблоко	1	1	92
	Кукурузные палочки	1	1	
Обед	Салат из св.огурцов и поми- доров	0,110	0,110	78
	Щи на к/б со сметаной	0,350	0,400	227
	Блины с маслом и повидлом	0,160/0,030	0,160/0,030	394
	Сок	0,200	0,200	94
	Хлеб ржаной	0,040	0,050	107
	Батон	0,050	0,100	297
Полдник	Сыр	0,050	0,050	180
	Печенье	0,050	0,050	168
	Чай с конфетами	0,200/0,050	0,200/0,050	198
	Батон	0,050	0,050	148
Ужин	Салат из квашен.капусты	0,080	0,080	105
	Плов с курицей	0,200	0,260	513
	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