

Утверждаю

Директор школы

Губарева О.А.

МЕНЮ

на 29.11.2023 год



Прием пищи	Наименование блюда, кулинарного изделия	Дети 7 – 10 лет	Дети 11 - 17 лет	калорийность
		вес	вес	
Завтрак	Суп пшениый 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
	Яйцо	1	1	157
2-ой завтрак	Груши	1	1	76
Обед	Сельдь солен.с луком	0,075	0,075	242
	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	Св.огурец	0,110	0,110	59
	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