

Утверждаю

Директор школы

Губарева О.А.

МЕНЮ

на 05.04.2024 год.



Прием пищи	Наименование блюда, кулинарного изделия	Дети 7 – 10 лет	Дети 11 -17 лет	калорийность
		вес	вес	
Завтрак	Омлет из 2х яиц	0,180	0,180	465
	Бутерброд с маслом	0,060	0,060	223
	Какао с молоком	0,200	0,200	149
	Хлеб ржаной	0,030	0,050	107
2-ой завтрак	Яблоко	1	1	76
Обед	Салат из св.помидоров	0,100	0,100	67
	Суп-лапша на к/б	0,350	0,400	163/248
	Отварная курица с тушеной капустой	0,075	0,060	383/475
	Сок	0,200	0,200	94
	Хлеб ржаной	0,040	0,050	85/107
	Батон	0,050	0,100	148/297
	Полдник	Вафли	0,070	0,070
	Сыр	0,050	0,050	180
	Компот из с/ф	0,200	0,200	115/128
	Батон	0,050	0,050	148
Ужин	Винегрет	0,140	0,140	170/188
	Картофель тушен.с мясом	0,250	0,300	539/596
	Бутерброд с маслом	0,060	0,060	223
	Чай сладкий	0,200	0,200	77
	Хлеб ржаной	0,030	0,050	64/107
Вечерник	Снежок	0,200	0,200	106