

Утверждаю

Директор школы:

Губарева О.А.

МЕНЮ

на 01.12.2024 год.



	Наименование блюда,кулинарного изделия	Дети 7 – 10 лет	Дети 11 -17 лет	калорийность
		вес	вес	
Завтрак	Суп-лапша молочный	0,300	0,350	286/341
	Яйцо	1	1	157
	Бутерброд с маслом	0,060	0,060	223
	Какао с молоком	0,200	0,200	143
	Хлеб ржаной	0,030	0,050	64/107
2-ой зав- трак	Кукурузные палочки	1	1	
	Апельсины	1	1	76
Обед	Салат из св.помидоров	0,110	0,110	38/56
	Щи на к/б со сметаной	0,350	0,400	190/241
	Блины с маслом и повидлом	0,160 0,030	0,160 0,030	608/327 64
	Сок	0,200	0,200	94
	Хлеб ржаной	0,040	0,050	64/107
	Батон	0,050	0,050	148
Полдник	Сыр	0,050	0,050	180
	Печенье	0,070	0,070	235
	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	48/57
	Плов с курицей	0,200	0,260	455/562
	Бутерброд с маслом	0,060	0,060	223
	Чай сладкий	0,200	0,200	80
	Хлеб ржаной	0,030	0,050	64/107
Вечерник	Снежок	0,200	0,200	118