Утверждаю

Директор школы: Губарева О.А.

МЕНЮ

на 03.12.2024 год.

Прием пищи	Наименование блюда,кулинарного изделия	Дети 7 – 10 лет	Дети 11 -17 лет	
		вес	вес	калорий-ность
Завтрак	Рис отварной с изюмом	0,190	0,230	262/307
	Бутерброд с маслом и сыром	0,077	0,077	284
	Какао с молоком	0,200	0,200	143
	Хлеб ржаной	0,030	0,050	64/107
2-ой зав-трак	Кукукрузные палочки	1	1	
Обед	Салат из моркови	0,100	0,100	105
	Борщ на к/б со сметаной	0,350/0,010	0,400/0,010	185/256
	Творожная запеканка с по-видлом	0,200	0,230	582/735
		0,050	0,050	108
	Сок	0,200	0,200	94
	Хлеб ржаной	0,040	0,050	85/107
	Батон	0,050	0,100	148/297
Полдник	Рыба под омлетом	0,100	0,120	280/218
	Компот из с/ф	0,200	0,200	115/128
	Батон	0,050	0,050	148
Ужин	Сельдь солен.с луком	0,075	0,075	250
	Тефтели мясные с овощным рагу	0,090/0,200	0,090/0,270	390/408 149/250
	Бутерброд с маслом	0,060	0,060	223
	Чай с молоком	0,200	0,200	80
	Хлеб ржаной	0,030	0,050	64/107
Вечерник	Снежок	0,200	0,200	106