Утверждаю

Директор школы: Губарева О.А.

МЕНЮ

на 09.12.2024 год.

	Наименование блюда,кулинарного изделия	Дети 7 – 10 лет	Дети 11 -17 лет	
		вес	вес	калорийност
Завтрак	Каша манная молочн.с фрукт. Бутерброд с маслом и сыром Кофейн.напит. с молоком Хлеб ржаной	0,180 0,077 0,200 0,030	0,220 0,077 0,200 0,050	311/344 284 143 64/107
2-ой зав-трак	Апельсины	1	1	115
Обед	Сельдь солен.с луком Суп полевой на к/б Рагу с картофельным пюре Сок Хлеб ржаной Батон	0,075 0,350 0,120 0,210 0,200 0,040 0,050	0,075 0,400 0,140 0,250 0,200 0,050 0,100	250 163/225 356/358 259/356 94 85/107 148/297
Полдник	Пряники Чай сладкий Батон Конфеты	0,100 0,200 0,050 0,050	0,100 0,200 0,050 0,050	157 80 148
Ужин	Салат из квашен.капусты Отварная рыба с овощной запеканкой Бутерброд с маслом Компот из с/ф Хлеб ржаной	0,100 0,035 0,220 0,060 0,200 0,030	0,100 0,055 0,260 0,060 0,200 0,050	67 56/84 392/486 223 115/128 64/107
Вечерник	Снежок	0,200	0,200	106