

Утверждаю

Директор школы

МЕНЮ

на 19.12.2025 год.



Губарева О.А.

При- ем пищи	Наименование блюда,кулинарного изделия	Дети 7 – 10 лет	Дети 11 -17 лет	калорийности
		вес	вес	
Завтрак	Каша пшенная молочная	0,180	0,220	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 зав- трак	Кукурузные палочки	1	1	
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 0,210	0,060 0,260	383/475
	Сок	0,200	0,200	94
	Хлеб ржаной	0,040	0,050	85/107
	Батон	0,050	0,100	148/297
Полдник	Пряники	0,100	0,100	322
	Компот из с/ф	0,200	0,200	115/128
	Батон	0,050	0,050	148
Ужин	Уха из св.рыбы	0,350	0,400	286
	Бутерброд с маслом	0,060	0,060	223
	Чай сладкий	0,200	0,200	77
	Хлеб ржаной	0,030	0,050	64/107