

Утверждаю
Директор школы Губарева О.А.

МЕНЮ

на 22.12.2025 год.



	Наименование блюда,кулинарного изделия	Дети 7 – 10 лет	Дети 11 -17 лет	калорийность
		вес	вес	
Завтрак	Каша манная молочная	0,180	0,220	311/344
	Бутерброд с маслом и сыром	0,077	0,077	284
	Кофейн.напит. с молоком	0,200	0,200	143
	Хлеб ржаной	0,030	0,050	64/107
2-ой зав- трак	Кукурузные палочки	1	1	
Обед	Салат из квашен.капусты	0,080	0,080	250
	Суп полевой на к/б со смета- ной	0,350	0,400	163/225
	Рагу с	0,120	0,140	356/358
	картофельным пюре	0,210	0,250	259/356
	Сок	0,200	0,200	94
	Хлеб ржаной	0,040	0,050	85/107
	Батон	0,050	0,100	148/297
Полдник	Яйцо	1	1	157
	Чай сладкий	0,200	0,200	80
	Батон	0,050	0,050	148
	Мандарины	1	1	
Ужин	Салат из св.огурцов	0,100	0,100	67
	Сельдь солен.с	0,075	0,075	56/84
	овощной запеканкой	0,220	0,260	392/486
	Бутерброд с маслом	0,060	0,060	223
	Чай сладкий	0,200	0,200	115/128
	Хлеб ржаной	0,030	0,050	64/107