

Утверждаю

Директор школы

Губарева О.А.

# МЕНЮ

на 21.04.2026 год.



	Наименование блюда, кулинарного изделия	Дети 7 – 10 лет	Дети 11 -17 лет	калорийность
		вес	вес	
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	0,180	0,220	323/358
	Бутерброд с маслом	0,060	0,060	284
	Кофейн.напит. с молоком	0,200	0,200	143
	Хлеб ржаной	0,030	0,050	64/107
2-ой зав-трак	Апельсины	1	1	76
Обед	Салат из моркови и яблок	0,100	0,100	105/114
	Рассольник на к/б со сметан.	0,350	0,400	201/280
	Запеканка творожная со сгущенным молоком	0,200	0,230	577/742
	Сок	0,050	0,050	157
	Хлеб ржаной	0,040	0,050	85/107
	Батон	0,050	0,100	148/297
	Полдник	Рыба под омлетом	0,100	0,120
	Кисель	0,200	0,200	123
	Батон	0,050	0,050	148
Ужин	Котлета мясная с тушеной капустой	0,090	0,090	460/478
	Бутерброд с маслом	0,210	0,230	113/142
	Компот из с/ф	0,060	0,060	223
	Хлеб ржаной	0,200	0,200	115/128
		0,030	0,050	64/107
Вечерник	Снежок	0,200	0,200	106