

Утверждаю

Директор школы

Губарева О.А.

# МЕНЮ

на 19.05.2026 год.



	Наименование блюда,кулинарного изделия	Дети 7 – 10 лет	Дети 11 -17 лет	калорийность
		вес	вес	
Завтрак	Каша геркулесовая молочная с консерв.фруктами	0,180	0,220	323/358
	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	Груши	1	1	76
Обед	Салат из моркови	0,100	0,100	105/114.
	Рассольник на к/б со сметан.	0,350	0,400	201/280
	Запеканка творожная с повидлом	0,200	0,230	577/742
	Чай сладкий	0,050	0,050	157
	Хлеб ржаной	0,200	0,200	94
	Батон	0,040	0,050	85/107
Полдник	Рыба под омлетом	0,050	0,100	148/297
	Кисель	0,100	0,120	210/262
	Батон	0,200	0,200	123
Ужин	Салат луковый	0,050	0,050	148
	Тушеная капустой с мясом	0,100	0,100	88
	Бутерброд с маслом	0,350	0,300	113/142
	Компот из с/ф	0,060	0,060	223
	Хлеб ржаной	0,200	0,200	115/128
Вечерник	Снежок	0,030	0,050	64/107
		0,200	0,200	106