

Утверждаю

Директор школы:

Губарева О.А.

МЕНЮ

на 14.09.2026 год.

Прием пищи	Наименование блюда,кулинарного изделия	Дети 7 – 10 лет	Дети 11-17 лет	калорийность
		вес	вес	
Завтрак	Каша геркулесовая молочная с маслом	0,180	0,220	323/355
	Бутерброд с маслом и сыром	0,077	0,077	284
	Какао с молоком	0,200	0,200	149
	Хлеб ржаной	0,030	0,050	64/107
2-ой завтрак	Яблоко	1	1	76
Обед	Салат из квашен.капусты	0,080	0,80	66/75
	Суп гороховый на к/б	0,350	0,400	214/289
	Котлета мясная с картоф.пюре	0,090/0,210	0,090/0,250	450/468
	Сок	0,200	0,200	274/324
	Хлеб ржаной	0,040	0,050	94
	Батон	0,050	0,100	85/107
Полдник	Яйцо	1	1	148/297
	Чай сладкий	0,200	0,200	157
	Батон	0,050	0,050	123
Ужин	Салат из отварн.свеклы и яблок	0,090	0,090	148
	Запеканка творожно-рисовая со сгущен.молоком	0,210/0,050	0,250/0,050	81/88
	Бутерброд с маслом	0,060	0,060	724/878
	Чай с молоком	0,200	0,200	223
	Хлеб ржаной	0,030	0,050	136
				64/107
Вечерник	Снежок	0,200	0,200	106