Утверждаю

Директор школы: Губарева О.А.

МЕНЮ

на 08.11.2026 год.

Прием пищи	Наименование блюда,кулинарного изделия	Дети 7 – 10 лет	Дети 11 -17 лет	
		вес	вес	калорий-ность
Завтрак	Каша «Дружба» молочная	0,180	0,220	312/344
	Бутерброд с маслом	0,060	0,060	223
	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	115
Обед	Рассольник на к/б со сметан.	0,350	0,400	172/249
	Блины с маслом и сахаром	0,160/0,010	0,160/0,010	638/665
	Сок	0,200	0,200	94
	Хлеб ржаной	0,040	0,050	85/107
	Батон	0,050	0,100	148/297
Полдник	Салат из св.огурцов и помидоров	0,110	0,110	56
	Яйцо	1	1	157
	Чай с конфетами	0,200/0,070	0,200/0,070	187
	Батон	0,050	0,050	297
Ужин	Салат «Зимний»	0,080	0,090	109/118
	Капуста тушен.с мясом	0,270	0,320	393/445
	Бутерброд с маслом	0,060	0,060	223
	Компот из с/ф	0,200	0,200	115/128
	Хлеб ржаной	0,030	0,050	64/107
Вечерник	Снежок	0,200	0,200	106