Утверждаю

Директор школы Губарева О.А.

МЕНЮ

на 12.11.2026 год.

	Наименование блюда,кулинарного изделия	Дети 7 – 10 лет	Дети 11 -17 лет	
		вес	вес	калорийност
Завтрак	Омлет из 2х яйц	0,180	0,180	450
	Бутерброд с маслом	0,060	0,060	223
	Какао с молоком	0,200	0,200	149
	Хлеб ржаной	0,030	0,050	64/107
2-ой зав-трак	Яблоко	1	1	76
Обед	Салат луковый	0,080	0,080	70/88
	Суп картоф. с клецками на к/б	0,350	0,400	297/357
	Гуляш с подливой и	0,120	0,140	375/397
	гороховым пюре	0,140	0,160	219/249
	Сок	0,200	0,200	94
	Хлеб ржаной	0,040	0,050	85/107
	Батон	0,050	0,080	148
Полдник	Лапшевник с творогом и	0,130	0,130	404/438
	повидлом	0,030	0,030	65
	Компот из с/ф	0,200	0,200	115/128
	Батон	0,050	0,050	148
Ужин	Салат из св.огурцов	0,110	0,110	52
	Тефтели рыбные с	0,130	0,180	272/339
	овощным рагу	0,200	0,270	150/242
	Бутерброд с маслом	0,060	0,060	223
	Чай с лимоном	0,200	0,200	80
	Хлеб ржаной	0,030	0,050	64/107
Вечерник	Снежок	0,200	0,200	106