



Директора школы

И.А.Карпенко

МЕНЮ на 09.01.2024 г.

	Выход блюд, г. 7-11 лет	Энергет. ценность, ккал	Выход блюд 12 и старше	Энергет. ценность, ккал
Завтрак				
Масло сливочное 72,5 %				
Омлет натуральный				
Икра кабачковая консервированная				
Какао с молоком				
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной				
2й Завтрак				
Печенье	0,033/2	128	0,033/2	128
Кофейный напиток с сахаром	200	106	200	106
Обед				
Помидор соленый	60	18	60	18
Борщ с капустой и картофелем	250	98	300	98
Рыба- минтай тушеная в томате с овощами	90/90	150	100/100	150
Картофельное пюре с м/сл.	150/5	126	200/5	126
Компот из свежих яблок	200	517	200	517
Хлеб пшеничный/Хлеб ржаной	60/40/	79/128/	80/50	79/128
Полдник				
Яблоко свежее	0,141/1 шт	88/130	0,141/1шт.	88/130
Ужин				
Масло сливочное	10		10	62
Птица тушеная в соусе /каша гречневая с маслом	90/50/150/7	206/237	100/200/7	218/244
Сок фруктовый	190	83	190	83
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	40/20	158/77	60/20	158/77
2й Ужин				
Ряженка 2,5%	200	50	200	50
Итого 1 неделя вторник				3147/3298 Ккалорий.