УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора школы
И.А.Карпенко.

МЕНЮ на 10.01.2024 г.

	Выходблюд, г. 7-11лет	Энергет. ценность, ккал	Выход блюд12 и сарше	Энергет. ценность, ккал
Завтрак				
Масло сливочное 72,5 %	10	62	10	62
Сыр Российский	15	51	15	51
Каша манная молочная	200/10/10	226	250/10/10	228
Кисель из яблок	200	83	200	83
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	50/20	158/66	60/50	158/66
2й Завтрак				
Сырники со сгущенным молоком	100/20	352	150/20	364
Какао с молоком	200	450	200	450
Обед				
Свекла тушеная	60	51	100	51
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	108	300	110
Плов из птицы	260	509	310	529
Компот из сухофруктов	200	120	200	120
Хлеб пшеничный/Хлеб ржаной	60/40/	79/128/	80/50	79/128
Полдник				
Апельсин калиброванн	247/1шт.	352	247 /1шт	354
Ужин				
Масло сливочное			10	62
Огурцы свежие	100	14,4	100	14,4
Тефтели из говядины и риса	90//50	171	100/80	223
Картофель отварной	150/7	103	150/7	103
Сок фруктовый	200	85	200	85
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	40/20	158/77	60/20	158/77
2й Ужин				
Кефир 2,5 % жирности	190	50	190	50

Итого 1-я неделя среда 3270/3300 ККалорий.