



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

МЕНЮ на 11.12.2023 г.

	Выходблюд, г. 7-11лет	Энергет. ценность, ккал	Выход блюд12 и срарше	Энергет. ценность, ккал
Завтрак				
Масло сливочное 72,5 %	10	62	10	62
Сыр Российский	15	51	15	51
Каша жидкая молочная рисовая	200/10/10	106	250/10/10	108
Чай с молоком	150/50/15	83	150/50/15	83
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	50/20	158/66	60/50	158/66
2й Завтрак				
Пудинг из творога со сгущенным молоком	150/20	224	200/20	230
Кофейный напиток	200	430	200	430
Обед				
Овощи соленые	60	14,4	60	14,4
Суп картофельный с фасолью	250	126	300	128
Картофельная запеканка с мясом	90/180	219	100/200	302
Компот из свежих яблок	200	517	200/10/10	517
Хлеб пшеничный/Хлеб ржаной	60/40/	79/128/	80/50/15	79/128
Полдник				
Яблоки свежие	200/1 шт	88	200 /1шт	88
Ужин				
Масло сливочное			10	62
Свекла тушеная	60	51	100	61
Печень говяжья тушеная в сметанном соусе	90/90	241	100/90	324
Каша гречневая рассыпчатая	150	244	200	245
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	83	200/15/7	83
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	40/20	158/77	60/20	158/77
2й Ужин				
Ряженка 2,5 % жирности	200	50	200	50
Итого 2-я неделя понедельник				3653/3493ККалорий.