

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора школы

И.А Карпенко

МЕНЮ на 13.01.2024 г.1 неделя суббота.

	Выходблюд, г. 7-11лет	Энергет. ценность, ккал	Выход блюд12 и срарше	Энергет. ценность, ккал
Завтрак				
Масло сливочное 72,5 %	10	62	10	62
Каша жидкая молочная пшенная	200/10/10	120	250/10/10	130
Какао с молоком	200	83	200	83
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	50/20	158/66	60/50	158/66
2й Завтрак				
Конфеты шоколадные	0,03/2	171	0,03/2	171
Бананы калиброванные	260/1шт	192	260/1шт	192
Обед				
Помидор соленые	60	18	60	18
Суп картофельный с крупой перловой	250	93	300	98
Рыба- минтай припущенная с овощами в масле	0,115 10	217 62	0,115 10	150 62
Картофельное пюре с м/сл.	150/5	120	200/50/10	126
Компот из плодов шиповника	200 50/20	120 158/66	200 50/50	120 158/66
Хлеб пшеничный/Хлеб ржаной	60/40/	79/128/	80/50	79/128
Полдник				
Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом	60/1 шт	452	60 /1шт	452
Компот из смеси свежих плодов	200	450	200	450
Ужин				
Масло сливочное			10	62
Фасоль отварная с луком	60	110	80	120
Жаркое по -домашнему из говядины	50/200	292,2	50/200	292,2
Сок фруктовый	200	85	200	85
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	40/20	158/77	60/20	158/77
2й Ужин/Кефир 2,5%	210	112,8/3255Кал.	210	112,8/3320Ккал