



УТВЕРЖДАЮ

Директора школы

И.А.Карпенко.

МЕНЮ на 22.01.2024 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 рассыпчатая гречневая с молоком	200/10	152,36	250/10	223
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	83	200/15/7	83
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	50/20	158/66	60/50	158/66
2й Завтрак				
Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	150/20	131,8	200/20	162
Кофейный напиток	200	430	200	430
Обед				
Помидоры оленые	60	18	60	18
Рассольник Ленинградский	250	53,3	300	113
Запеканка картофельная с печенью	50/150	217	80/200	269
Компот из смеси сухофруктов	200	120	200	120
Хлеб пшеничный/Хлеб ржаной	60/40/	79/128/	80/50	79/128
Полдник				
Яблоки свежие	0,120/1 шт	88	0,120 /1шт	88
Вафли ванильные	0,028/1	130	0,028/1	130
Ужин				
Масло сливочное			10	62
Горошек зеленый(консервированный)	60	8	80	88
Котлета из цыпленка бройлера /макаронны отварные	90	247/336,51	100	249/340
Сок фруктовый	200	83	200	83
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	40/20	158/77	60/20	158/77
2й Ужин				
Ряженка2,5 % жирности	200	50	200	50
Итого : 1 неделя понедельник				
		2925кКал.		3200кКаллорий