



И.О. директор школы

И.А.Карпенко

МЕНЮ на 24.12.2023 г.

	Выход блюд, г. 7-11 лет	Энергет. ценность, ккал	Выход блюд 12 и старше	Энергет. ценность, ккал
Завтрак				
Масло сливочное 72,5 %	10	62	10	62
Сыр Российский	15	51	15	51
Каша вязкая «геркулес»	200/10/10	101	205	103
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				
Оладьи со сгущ.молоком	100/20	520	200/20	540
Напиток лимонный	200	90	200	90
Обед				
Помидор свежий	60	14,4	60	14,4
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	93	300	98
Голубцы с мясом (говядина),рисом и томатным соусом	108/50	246	108/50	246
Каша рассыпчатая пшеничная.	150/5	213	200/5	113
Компот из смеси сухофруктов	200	120	200	120
Хлеб пшеничный/Хлеб ржаной	60/40/	79/128/	80/50	79/128
Полдник				
Апельсин калиброванный	191/1 шт	35	191 /1шт	35
Ужин				
Масло сливочное			10	62
Яйца вареные 1 шт	40	51	40	51
Биточки рыбные (из минтая)/Рагу из овощей	90/150	134/174	100/200	136/180
Сок фруктовый	200	83	200	83
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	150/5 40/20	158/77	200/5 60/20	158/77
2й Ужин				
Ряженка 2,5 % жирности	166	50	166	50
Итого 1 неделя воскресенье				
				2767/2925 Ккалорий.