

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор школы Карпенко И.А.

МЕНЮ 26.11.2024 г.

	Выход блюд(г) 7-11 лет	Энергет. ценность (ккал) 7-11 лет	Выход блюд(г) 12 лет и старше	Энергет. ценность (ккал) 12 лет и старше
Завтрак				
Масло сливочное 72,5 %	10	75	10	75
Каша гречневая рассыпчатая с молоком и сахаром	200/10	160	200/10	160
Чай с лимоном	200	83	200	83
Хлеб пшеничный	50	158	60	158
Хлеб ржаной	20	66	50	66
2 завтрак				
Булочка «Российская»	60/1 шт	128	60/1 шт	128
Молоко кипяченое	200	106	200	106
Обед				
Помидоры соленые	60	6,7	100	10,12
Борщ с капустой или картофелем	250	98	250	98
Рыба-минтай тушеная в томате с овощами	90/50	140	100/100	155,2
Пюре картофельное с маслом сливочным	180/5	113	200/5	126
Компот из сухофруктов	200	92,9	200	92,9
Хлеб пшеничный	60	79	80	79
Хлеб ржаной	40	128	50	128
Полдник				
Яблоки свежие	130/ 1 шт	72,92	130/1 шт	72,92
Ужин				
Котлеты рубленые из бройлеров- цыплят с маслом сливочным	90/5	247	100/5	249
Капуста тушеная	180	70	200	92,62
Сок фруктовый	196	85	196	85
Хлеб пшеничный	40	158	60	158
Хлеб ржаной	20	77	20	77
2 ужин				
Йогурт фруктово-ягодный 2.5% жирности	200	106	200	106
Итого :	2646	2470,52	2966	2572,76