



И.А.Карпенко
 И.О. директора школы

И.А.Карпенко.

МЕНЮ на 4.12.2023 г.

	Выход блю- д, г. 7-11 лет	Энергет. ценность, ккал	Выход блю-д 12 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				
Овощи свежие или соленые	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	200/1 шт	88	200 /1шт	88
Вафли ванильные	25	130	25	130
Ужин				
Масло сливочное		62	10	62
Горошек зеленый(консервированный)	60	88	80	88
Котлета из цыпленка бройлера /макароны отварные	90/5/150/5	247/336,51	100/5/150/5	249/340
Чай с сахаром	200 200	120 83	200 200	83
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	40/20	158/77	60/20	158/77
2й Ужин				
Ряженка 2,5 % жирности	200	50	200	50
Итого : 1 неделя понедельник				
		2925кКал.		3200кКалорий
	200	88	200 шт	88
	25	130	25	130
	200	120	200	120
	60	88	80	88
	25	130	25	130
	10	62	10	62
	80	88	80	88