



ПЕРЕЖДАЮ

Директора школы

Т.Н. Пашала

МЕНЮ на 24.11.2023 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 жидкая молочная из манной крупы	200/10/10	218	250/10/10	228
Чай с сахаром	200	55	200	55
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	50/20	158/66	60/50	158/66
2й Завтрак				
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/20	117	200/20	120
Молоко кипяченое	200	106	200	106
Обед				
Икра свекольная	100	132	100	132
Щи из свежей капусты	250	73	300	78
Гуляш из говядины	90/90	204	100/125	226
Каша перловая	150/5	211	150/5	211
Компот из свежих яблок	200	517	200	517
Хлеб пшеничный /хлеб ржаной	60/40	79/128	80/50	79/128
Полдник				
Яблоки свежие	170/1шт	88	170/1шт	88
Ужин				
Овощи соленные	60	12	60	12
Котлеты рубленые из птицы	90	245	100	247
Картофель отварной	150/7	150	200/7	160
Чай с лимоном	200/15/7	83	200/15/7	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 пятница		3,449,5Ккал.	3619,9Ккал.	