УТВЕРЖДАЮ
Директор Е.И. Сухова

Школьное меню для организации питания обучающихся 6-11 лет на 12.03.2024 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		жаркое по домашнему	290	37,58	468	29	28	25
	гор.напиток		какао на молоке	200	8,62	107	5	4	26
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	30	1,37	70	2	0	15
	хлеб черн.		хлеб ржаной	10	1,00	26	1	0	4
	сладкое		кондитер. издел.(печенье)	25	5,75	104	2	3	19
	фрукты								
Обед	1 блюдо		рассольник "Ленинградский"	250	18,87	162	6	8	17
	2 блюдо		гуляш	90	19,50	213	15	15	3
	гарнир		каша гречневая	170	18,00	271	10	7	40
	напиток		чай с сахаром	200	2,50	27	0	0	7
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	45	2,46	106	2	0	22
	хлеб черн.		хлеб ржаной	30	2,00	78	3	1	13

Школьное меню для организации питания обучающихся 12-18 лет на 12.03.2024 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		жаркое по домашнему	300	40,92	468	29	28	25
	гор.напиток		какао на молоке	200	9,36	107	5	4	26
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	30	1,19	70	2	0	15
	хлеб черн.		хлеб ржаной	10	1,00	26	1	0	4
	сладкое		кондитер. издел.(печенье)	25	9,63	104	2	3	19
	фрукты								
Обед	1 блюдо		рассольник "Ленинградский"	300	19,54	162	6	8	7
	2 блюдо		гуляш	100	17,18	213	15	15	3
	гарнир		каша гречневая	170	12,97	271	10	7	40
	напиток		чай с сахаром	200	4,37	27	0	0	7
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	45	1,5	106	2	0	22
	хлеб черн.		хлеб ржаной	30	1,32	78	3	1	13