



УТВЕРЖДАЮ  
Е.И. Сухова

Школьное меню для организации питания обучающихся 6-11 лет на 12.05.2023г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		макароны отварные с овощами	200	10,99	250	6	9	35
	напиток		сок яблочный	200	11,89	92	1	0	20
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	30	2,37	70	2	0	15
	2 блюдо		тефтеля на пару	90	27,60	158	11	10	7
Завтрак 2	фрукты								
Обед	1 блюдо		борщ со сметаной	250	19,17	143	6	8	13
	2 блюдо								
	гарнир		плов из птицы	270	21,25	426	37	11	44
	напиток		какао на молоке	200	8,62	107	5	4	26
	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 12.05.2023г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		макароны отварные с овощами	220	10,89	250	6	9	35
	гор.напиток		сок фруктовый	200	13,58	92	1	0	20
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	30	2,56	70	2	0	15
	2 блюдо		тефтеля на пару	100	34,05	158	11	10	7
Завтрак 2	фрукты								
Обед	1 блюдо		борщ со сметаной	300	20,84	143	6	8	13
	2 блюдо								
	гарнир		плов из птицы	270	19,79	426	37	11	44
	напиток		какао на молоке	200	9,36	107	5	4	26
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	45	2,00	106	2	0	22
	хлеб черн.		хлеб ржаной	30	1,98	78	3	1	13