УТВЕРЖДАЮ
Директор _____ Е.И. Сухова

Школьное меню для организации питания обучающихся 6-11 лет на 13.03.2024 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		каша молочная рисовая	250	18,00	242	7	8	36
	гор.напиток		чай с лимоном	200	2,23	28	0	0	7
	хлеб бел.		хлеб пшеничный с сыром	50	11,12	143	7	6	15
	сладкое		кондитер. издел.(вафли)	30	8,75	63	2	2	10
	фрукты								
Обед	1 блюдо		суп рыбный	250	19,00	147	10	5	16
	2 блюдо		котлета пропаренная, с соусом	120	29,75	270	27	27	25
	гарнир		макароны отварные	170	4,86	239	7	6	40
	напиток		компот из изюма	200	13,50	76	0	0	18
	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 13.03.2024 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		каша молочная рисовая	260	17,15	242	7	8	16
	гор.напиток		чай с лимоном	200	2,49	28	0	0	7
	хлеб бел.		хлеб пшеничный с сыром	50	11,71	143	7	6	15
	сладкое		кондитер. издел. (вафли)	40	5,82	63	2	2	10
	фрукты								
Обед	1 блюдо		суп рыбный	300	15,18	147	10	5	16
	2 блюдо		котлета пропаренная, с соусом	120	35,12	270	27	27	25
	гарнир		макароны отварные	170	3,79	239	7	6	40
	напиток		компот из изюма	200	8,00	76	0	0	18
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	45	1,50	106	2	0	22
	хлеб черн.		хлеб ржаной	30	1,15	78	3	1	13