УТВЕРЖДАЮ
Директор _____ Е.И. Сухова

Школьное меню для организации питания обучающихся 6-11 лет на 19.09.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		омлет натуральный	180	27,61	459	10	14	58
	гор.напиток		какао на молоке	200	10,63	107	5	4	26
	хлеб бел.		хлеб пшеничный с сыром	50	17,94	143	7	6	15
	хлеб черн.		хлеб ржаной	20	1,47	52	2	1	9
	фрукты		яблоко	100	8,12	52	0	0	11
Обед	1 блюдо		суп гороховый	260	19,30	173	8	6	28
	2 блюдо		птица отварная	90	28,00	154	32	17	1
	гарнир		капуста тушеная	160	10,00	129	4	5	22
	напиток		компот из кураги	200	15,60	67	1	0	16
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	45	5,00	106	2	0	22
	хлеб черн.		хлеб ржаной	30	5,18	78	3	1	13

Школьное меню для организации питания обучающихся 12-18 лет на 19.09.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		омлет натуральный	190	32,14	459	10	14	58
	гор.напиток		какао на молоке	200	16,10	107	5	4	26
	хлеб бел.		хлеб пшеничный с сыром	50	19,32	143	7	6	15
	хлеб черн.		хлеб ржаной	20	1,71	52	2	1	9
	фрукты		яблоко	100	15,01	52	0	0	11
Обед	1 блюдо		суп гороховый	300	14,70	173	8	6	28
	2 блюдо		птица отварная	100	36,40	154	32	17	1
	гарнир		капуста тушеная	160	18,14	129	4	5	22
	напиток		компот из кураги	200	15,60	67	1	0	16
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	45	1,50	106	2	0	22
	хлеб черн.		хлеб ржаной	30	1,14	78	3	1	13