УТВЕРЖДАЮ
Директор _____ Е.И. Сухова

Школьное меню для организации питания обучающихся 6-11 лет на 23.10.2024 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 23.10.2024 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 |
| | | | | | | | | | |