



ТВЕРЖДАЮ
 Е.И. Сухова

Школьное меню для организации питания обучающихся 6-11 лет на 07.09.2023г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		омлет натуральный	180	26,43	459	10	14	58
	гор.напиток		какао на молоке	200	8,62	107	5	4	26
	хлеб бел.		хлеб пшеничный с сыром	50	8,95	143	7	6	15
	хлеб черн.		хлеб ржаной	20	1,00	52	2	1	9
	фрукты		яблоко	100	8,13	52	0	0	11
Обед	1 блюдо		суп гороховый	260	14,88	173	8	6	28
	2 блюдо		птица отварная	90	15,75	154	32	17	1
	гарнир		капуста тушеная	160	8,75	129	4	5	22
	напиток		компот из кураги	200	20,70	67	1	0	16
	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 07.09.2023г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		омлет натуральный	190	29,14	459	10	14	58
	гор.напиток		какао на молоке	200	14,00	107	5	4	26
	хлеб бел.		хлеб пшеничный с сыром	50	10,87	143	7	6	15
	хлеб черн.		хлеб ржаной	20	1,00	52	2	1	9
	фрукты		яблоко	100	8,26	52	0	0	11
Обед	1 блюдо		суп гороховый	300	8,49	173	8	6	28
	2 блюдо		птица отварная	100	8,40	154	32	17	1
	гарнир		капуста тушеная	160	12,11	129	4	5	22
	напиток		компот из кураги	200	23,80	67	1	0	16
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	45	2,36	106	2	0	22
	хлеб черн.		хлеб ржаной	30	2,00	78	3	1	13