



УТВЕРЖДАЮ  
С.В. Лохова  
директор школы




приятного аппетита!

## МЕНЮ

20.12.2023г	Выход			
	7-11 лет		12-18 лет	
	выход (гр.)	ккалор. (кк)	выход (гр.)	ккалор. (кк)
<b>ЗАВТРАК</b>				
1. запеканка из творога со смесью	160/25	395	195/25	486
2. чай с сахаром	200	30	200	30
3. бутербр. с маслом	40/5	126	50/6	156
4. фрукты	160	54	160	54
<b>ОБЕД</b>				
1. салат из свеклы с соевым соусом	100	124	120	186
2. суп с рыбными консервами	300	144	300	144
3. филе по-строгановски	95	161	120	203,34
4. каша пшеничная (гречневая) рассыпчатая	150	209,25	180	251,1
5. сок	180	80	180	80
6. хлеб пшеничный	40	100	86	159,6
7. хлеб ржаной	60	120	60	120
8.				
<b>ПОЛДНИК</b>				
1. молоко кипяченое	200	120	200	120
2. печенье	20	80	25	85
3.				

Медицинская сестра

 С.И. Фесюра