



УТВЕРЖДАЮ

С.В. Лохова  
директор школы

приятного аппетита!

## МЕНЮ

12.01.2023г	Выход			
	7-10 лет		11-18 лет	
	выход (гр.)	ккалор. (кк)	выход (гр.)	ккалор. (кк)
<b>ЗАВТРАК</b>				
1. Запеканка из творога со снуц.	160115	395	193149	486
2. чай с сахаром	200	30	200	32
3. хлеб ржаной	20	40	40	80
4. бутербр. с маслом	4015	126	30116	156
<b>ОБЕД</b>				
1. салат из овощей с соев. огурцами	100	124	130	186
2. суп с рыбными консервами	300	144	300	144
3. Тефтели по-строгановски	95	161	120	203,34
4. каша гречневая рассыпчатая	150	240,64	180	324,44
5. сок	200	80	200	80
6. хлеб пшеничный	40	100	51,82	124,3
7. хлеб ржаной	35	40	39,10	48
8. фрукты: бананы	200	94	236,64	109,98
<b>ПОЛДНИК</b>				
1. Снежок	200	154	200	154
2. чай	20	80	25	85
3.				

Медицинская сестра

С.И. Фесюро