


УТВЕРЖДАЮ
С.В. Лохова
директор школы

приятного аппетита!

МЕНЮ

11.10.2022г.	Выход			
	7-10 лет		11-18 лет	
	выход (гр.)	ккалор. (кк)	выход (гр.)	ккалор. (кк)
ЗАВТРАК				
1. каша овсян из геркулеса ширк.	200	146,39	200	146,39
2. чай с сахаром	200	40	200	40
3. хлеб пшеничный	30	63	40	84
4. масло сливочное порция 1мл	4	46,2	9	52,4
ОБЕД				
1. икра морковная	80	110,4	100	138
2. щи из кв. капусты с картоф	250	125	250	125
3. птица отварная	65	158,6	100	244
4. соус сметан с томатом	45	83	45	83
5. мак. изделия отварные	150	194	180	239
6. сок	200	80	240	89
7. хлеб пшеничный хлеб ржаной	50/152	105/110,4	52/168,8	105/113,6
8. фрукты: яблоки	130	55,9	130	55,9
ПОЛДНИК				
1. компот из сух яблок	200	88	200	134
2. закуска из творога с джем	90/130	320	100/131,95	354
3.				

Медицинская сестра

 С.И. Фесюро