



УТВЕРЖДАЮ  
С.В. Лохова  
директор школы

приятного аппетита!

## МЕНЮ

18.10.2022	Выход			
	7-10 лет		11-18 лет	
	выход (гр.)	ккалор. (кк)	выход (гр.)	ккалор. (кк)
<b>ЗАВТРАК</b>				
1. Омлет натуральный	120	280,53	120	280,53
2. чай с сахаром	200	40	200	40
3. хлеб пшеничный	30	63	40	83
4. масло сливочное порцион.	9	46,2	9	49,4
<b>ОБЕД</b>				
1. икра кабачковая	60	43	60	43
2. борщ из кв. капусты с картоф.	230	148	230	148
3. котлеты рыбные	80	90,66	120	136
4. рис отварной со овощами	150	183	150	222
5. соус сметан. с томатами	45	23	45	23
6. сок	200	80	218,19	84
7. хлеб пшеничный	50	103	61,52	128,1
8. хлеб ржаной	52	104	62,55	124
<b>ПОЛДНИК</b>				
1. компот из сухофруктов	200	88	200	134
2. бутербр. с маслом сыром	321,110	164	321,615	164
3.				

Медицинская сестра

С.И. Фесюро