



УТВЕРЖДАЮ
С.В. Лохова
директор школы

приятного аппетита!

МЕНЮ

| 30.11.2021 | Выход | | | |
|------------------------------------|----------|---------|-----------|---------|
| | 7-10 лет | | 11-18 лет | |
| | ВЫХОД | ккалор. | ВЫХОД | ккалор. |
| ЗАВТРАК | | | | |
| 1. каша овсяная из геркулеса | 200 | 146,39 | 200 | 146,39 |
| 2. чай с сахаром | 200 | 40 | 200 | 40 |
| 3. хлеб пшеничный | 30 | 45 | 40 | 100 |
| 4. масло слив. коровье | 4 | 46,2 | 9 | 59,4 |
| ОБЕД | | | | |
| 1. икра морковная | 80 | 91 | 100 | 113,85 |
| 2. суп из 6 капустки с картоф. см. | 250 | 125 | 250 | 125 |
| 3. птица отварная | 65 | 158,6 | 100 | 244 |
| 4. соус сметан. с томатом | 45 | 43 | 45 | 43 |
| 5. сок из овощей отварных | 150 | 198 | 180 | 239 |
| 6. сок | 200 | 80 | 200 | 80 |
| 7. хлеб пшеничный | 50 | 125 | 95 | 20,9 |
| 8. хлеб ржаной | 51 | 105 | 84 | 14,8 |
| ПОЛДНИК | | | | |
| 1. запеканка из творога с джем | 130/120 | 354 | 150/144 | 451 |
| 2. компот из сухофруктов | 200 | 88 | 200 | 134 |
| 3. | | | | |

Медицинская сестра

С.И. Фесюро С.И. Фесюро