



УТВЕРЖДАЮ

С.В. Лохова

Директор школы

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ

| 14.01.2022                      | ВЫХОД    |          |           |          |
|---------------------------------|----------|----------|-----------|----------|
|                                 | 7-10 лет |          | 11-18 лет |          |
|                                 | ВЫХОД    | ККАЛОРИИ | ВЫХОД     | ККАЛОРИИ |
| <b>ЗАВТРАК</b>                  |          |          |           |          |
| 1. суп молочный с крупой        | 200      | 159      | 200       | 159      |
| 2. картофельный салат           | 200      | 134      | 200       | 134      |
| 3. хлеб пшеничный с маком и св  | 3014     | 22146,2  | 4010      | 96139,4  |
| 4. сыр творожный                | 14       | 44,32    | 15        | 50,96    |
| <b>ОБЕД</b>                     |          |          |           |          |
| 1. икра рыбная                  | 80       | 1104     | 100       | 138      |
| 2. салатник куриный со сметаной | 250      | 180,51   | 250       | 180,51   |
| 3. рыба тушеная в томате соевом | 90       | 88       | 115       | 114,44   |
| 4. картофель жареный            | 180      | 191,4    | 180       | 191,4    |
| 5. чай с молоком                | 200      | 110      | 200       | 110      |
| 6. хлеб пшеничный               | 30       | 105      | 425,9     | 16,8     |
| 7. хлеб пшеничный               | 32       | 104      | 803,4     | 16,0     |
| 8. фрукты бананы                | 200      | 94,50    | 320,84    | 16,4     |
| <b>ПОЛДНИК</b>                  |          |          |           |          |
| 1. блинчик                      | 200      | 156      | 285,82    | 18,8     |
| 2. булочка                      | 30       | 105      | 50        | 14,5     |
| 3.                              |          |          |           |          |

Медицинская сестра

*С.И. Фесюро*