



**УТВЕРЖДАЮ**  
 С.В. Лохова  
 директор школы

**приятного аппетита!**

## МЕНЮ

14.03.2023г.	Выход			
	7-11 лет		12-18 лет	
	выход (гр.)	ккалор. (кк)	выход (гр.)	ккалор. (кк)
<b>ЗАВТРАК</b>				
1. каша пшеничная молочная	150	193,82	200	258
2. кофеинский напиток	200	84	200	91
3. бутербр. с сыром	40/110/22	188	50/110/23	240
4. фрукты: яблоко	160	59	170	59
<b>ОБЕД</b>				
1. салат из моркови	100	104	120	156
2. рассольник Ленинск со сметан.	260/110	175	260/110	175
3. котлеты	90	210,6	120	210,6
4. соус сметан. с томатом	25	36	25	36
5. макарон. из отварных	150	185	230	283,67
6. компот из сух. фруктов	200	58	200	68
7. хлеб пшеничный	40	100	54	113,4
8. хлеб ржаной	60	120	68	136
<b>ПОЛДНИК</b>				
1. сок	200	80	160	164
2. бутербр. с сыром	24/19	126	25/2110,5	126
3.				

Медицинская сестра

С.И. Фесюра