

Утверждаю.

Директор школы:

М.В. Дударева

20__ г



Меню на 06.02.2025 г.

Наименование блюда	7-11 лет					11 лет и старше				
	Масса (г)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Масса (г)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак										
Каша пшеничная молочная жидкая	180	6,12	8,10	29,88	216,90	250	8,50	11,25	41,50	301,25
Бутерброд с сыром	50	4,73	6,88	14,56	139,08	50	4,73	6,88	14,56	139,08
хлеб пшеничный	40	3,08	0,32	19,8	94,40	40	3,08	0,32	19,8	94,40
Компот из сухофруктов	200	0,60	0,0	31,40	128,0	200	0,60	0,0	31,40	128,0
	Итого:	14,53	15,3	95,64	578,38	Итого:	16,91	18,45	107,26	662,73
Обед										
Салат картофельный с фасолью	60	3,6	9,18	11,94	136,62	100	6,00	15,30	19,90	227,70
Рассольник ленинградский	200	2,34	8,10	13,88	137,78	250	2,93	10,13	17,35	172,23
Каша рисовая с овощами рассыпчатая	180	4,32	6,30	46,44	259,74	180	4,32	6,30	46,44	259,74
Котлета рыбная "Нептун"	90	11,52	12,24	8,91	191,88	100	12,80	13,60	9,90	213,20
Хлеб пшеничный	20	1,54	0,16	9,9	47,20	40	3,08	0,32	19,8	94,40
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	17,56	84,76	40	2,64	0,44	17,56	84,76
Чай с сахаром	180	0,20	0,0	12,60	51,20	180	0,18	0,0	12,60	51,12
Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого:	26,56	36,82	131,03	956,18	Итого:	32,35	46,49	153,35	1150,15