

Утверждаю  
Директор школы

*Занькова* / Занькова/



Меню на 31.01.2024 г.

Наименование блюда	Масса (г)	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность (ккал)
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак 1-4</b>					
Каша вязкая молочная кукурузная	200	5,9	5,8	33	207,8
Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5
Груша	150	0,6	0,5	15,5	68,3
<b>Завтрак 5-11</b>					
Каша рисовая молочная	200	2,45	4,92	16,81	117,18
Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
<b>Обед (по договору за родительскую плату) 2-11</b>					
Суп гречневый	200	3,1	1,3	2,3	32,7
Овощное рагу	200	3,4	2,8	23,2	132,6
Компот из сухофруктов	200	0,5		19,8	81
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Вафля шоколадная	60	3,6	18,6	36	324