

Утверждаю  
Директор школы

*Занькова*



О.С. Занькова

Меню на 10.01.2024 г.

Наименование блюда	Масса (г)	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность (ккал)
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак 1-4</b>					
Каша вязкая молочная пшеничная	200	8	10	38	274
Чай с сахаром и молоком	200	2	1	9	51
Хлеб ржаной	25	2	0	8	43
Хлеб пшеничный	45	3	0	22	106
Груша	150	1	1	16	68
<b>Завтрак 5-11</b>					
Макаронны отварные с сыром	150	7,9	6,8	28,7	207,7
Компот из кураги	200	1,8	0,2	21,8	97,8
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
<b>Обед (по договору за родительскую плату) 2-11</b>					
Суп крестьянский с крупой (крупя рисовая)	200	5	5,8	11,3	116,9
Овощное рагу	200	3,4	2,8	23,2	132,6
Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35