

Утверждаю
Директор школы

Занькова



Меню на 12.01.2024 г.

Наименование блюда	Масса (г)	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность (ккал)
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак 1-4					
Горошек зеленый	30	1	0	2	11
Омлет натуральный	150	13	18	3	226
Чай с лимоном и сахаром	200	0	0	7	28
Хлеб ржаной	25	2	0	8	43
Хлеб пшеничный	45	3	0	22	106
Банан	150	2	0	32	142
Завтрак 5-11					
Каша жидкая молочная кукурузная	200	5,9	5,8	33	207,8
Чай сладкий	200	0,2	0	6,4	26,8
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Обед (по договору за родительскую плату) 2-11					
Рассольник домашний	200	4,6	5,7	11,6	116,1
Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8
Котлета из говядины	75	13,7	13	12,3	221,4
Напиток из шиповника	200	0,4	0,2	23,8	100
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Печенье	50	2,9	10,8	24,85	207,5