

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы



Мешерякова Е. Б.

Меню на питание (1-4 классы) на 29 сентября 2022 года

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша манная	200		370	86	12	56
	гор.напиток	349	Компот из свеж. витаминизированный	200		94	0	0	25
	хлеб		Бутерброд с сыром	50		145	4	3	24
	закуска	204	Салат из свеклы с яблоком	60		88	1	5	10
	фрукты		банан	188		72	0	0	14
						63,72			
Обед	закуска	45	Салат из белокачанной капусты	60		88	1	5	10
	1 блюдо	82	Борщ из свежей капусты со сметаной	260		133	2	4	12
	2 блюдо	204	Макароны отварные	200		224	11	17	2
	гарнир		Гуляш	90		408	20	23	32
	сладкое		чай с сахаром	200		91	1	2	18
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	30		40	1	0	8
	хлеб черн.		хлеб ржано-пшеничный	40		60	2	0	12
	Итого				69,62				

Повар  Алехина О.С.