

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы



Мещерякова Е. Б.

Меню на питание (1-4 классы) на 5 октября 2022 года

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	173	Омлет	200		370	86	12	56	
	гор.напиток	349	чай с сахаром	200		94	0	0	25	
	хлеб		Бутерброд с повидлом	50		145	4	3	24	
	закуска	204	Салат из свеклы с черносливом	60		88	1	5	10	
	фрукты		Банан	188		72	0	0	14	
						63,72				
Обед	закуска	45	Салат из белокачанной капусты с морковью	60		88	1	5	10	
	1 блюдо	82	Щи из свежей капусты с говядиной	260		133	2	4	12	
	2 блюдо	204	Пюре гороховое	200		224	11	17	2	
	гарнир		тефтели	90		408	20	23	32	
	сладкое		компот	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				