

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы



**МЕНЮ НА 08.12.23 г.
(7-11 лет)**

№ рецеп- туры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углев оды	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
	Завтрак						
171	Каша рассыпчатая гречневая	150	4,82	2,03	37,69	258	15,98
290	Гуляш из куриного филе	20/30	12,25	11,18	2,98	105	35,58
349	Компот из смеси сухофруктов	200			18,16	73	7,58
ПР	Хлеб пшеничный	34	2,64	0,45	11,12	59	2,27
	II завтрак						
ПР	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	1 ШТ	5,65	8,32	17,19	166	9,89
	ОБЕД						
45	Салат из капусты	60	0,79	4,07	9,58	86	4,46
96	Рассольник ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	86	13,76
128	Картофельное пюре	150	2,95	3,99	19,6	126	15,07
229	Минтай тушеный с овощами	105	10,99	4,57	4,36	103	37,99
342	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	115	8,16
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,84	20,21	108	4,06
ПР	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	8,5	52	1,17

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы



**МЕНЮ НА 08.12.23 г.
(12 лет и старше)**

№ рецеп- туры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углев оды	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
	Завтрак						
171	Каша рассыпчатая гречневая	180	9,54	10,03	45,24	309	19,16
290	Гуляш из куриного филе	70/30	24,49	22,36	5,95	210	88,33
349	Компот из смеси сухофруктов	200			18,16	73	7,58
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,84	20,21	108	4,06
	ОБЕД						
45	Салат из капусты	100	1,46	4,48	8,57	80	7,44
96	Рассольник ленинградский	250	2,04	4,73	15,23	112	17,08
128	Картофельное пюре	180	3,54	4,78	23,52	151	18,12
229	Минтай тушеный с овощами	105	10,99	4,57	4,36	103	37,99
342	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	115	8,16
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,84	20,21	108	4,06
ПР	Хлеб ржаной	40	3,4	1,32	17	104	2,33