

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы



**МЕНЮ НА 10.01.24 г.
(7-11 лет)**

№ рецеп- туры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
	Завтрак						
171	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	110	5,83	6,13	27,64	189	16,82
268	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ И КУРИНОГО ФИЛЕ	50	7,29	11,11	5,74	152	37,73
342	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	27,88	115	8,73
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,6	0,28	6,73	36	1,35
	II ЗАВТРАК						
ПР	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	1 ШТ	5,65	8,32	17,19	166	13,67
	Обед						
45	Салат из белокочанной капусты	60	0,79	1,95	3,88	36	4,60
101	Суп картофельный с крупой (уха)	200	1,85	2,05	15,29	87	14,65
128	Картофельное пюре	150	2,95	3,99	19,6	126	15,22
293	Птица жареная	85	5,96	8,55	1,6	107	79,88
349	Компот из смеси сухофруктов	200			18,16	73	7,43
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 10.01.24г.
(12 лет и старше)**

№ рецеп- туры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
	Завтрак						
171	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	180	9,54	10,04	45,24	309	27,54
294	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ И КУРИНОГО ФИЛЕ	100	14,58	22,21	11,48	304	76,57
342	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	27,88	115	8,73
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,8	0,84	20,21	108	4,06