

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы

**МЕНЮ НА 22.01.24 г.
(7-11 лет)**



№ рецеп- туры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углев оды	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
	Завтрак						
204	Макароны отварные с сыром	200	13,54	15,92	34,11	334	48,35
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,04	12,47	51	5,61
ПР	Хлеб рябинушка	37	2,88	0,72	19,08	94	2,87
ПР	Кондитерское изделие	22	0,99	7,04	12,54	51	7,80
	II ЗАВТРАК						
ПР	Яблоко	1 шт	0,44		12,43	51	13,67
	Обед						
67	Винегрет овощной	60	0,84	6,02	4,37	75	9,79
88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,41	3,96	6,32	72	9,73
260	Гуляш	90	9,58	25,37	2,6	278	76,21
199	Пюре гороховое с маслом	150	13,82	6,16	31,65	237	13,34
Пр	Сок	200	0,75		20,57	85	11,33
Пр	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,84	20,21	108	4,25
Пр	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	8,5	52	1,22

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы

**МЕНЮ НА 22.01.24 г.
(12 лет и старше)**

№ рецеп- туры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углев оды	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
	Завтрак						
204	Макароны отварные с сыром	200	13,54	15,92	34,11	334	48,35
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,04	12,47	51	5,61
ПР	Хлеб рябинушка	60	4,8	1,2	31,8	156	4,68
ПР	Кондитерское изделие	22	0,99	7,04	12,54	51	7,80