

на « 31 » сентябрь 2025 г.

МЕНЮ

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Пищевая энергетическая ценность, химический состав				Выход блюда
	Белки	Жиры	Углевод.	Калор.	
1. Омлет	12,80	18,0	3,20	225,50	150 (7-11)
Каша овсяная	16,90	24,0	4,30	300,70	200 (12-18)
2. Чай с лимоном	0,4	0,1	5,20	23,70	200
3. Батон	2,30	0,20	14,80	80,30	30 (7-11)
Хлеб ржаной	3,80	0,40	24,60	93,80	40 (12-18)
4.					
Всего:					Суммарно (7-11 кл) 53-50 58-00 (5-11 кл)

ОБЕД  
1-4 класс

1. Суп овощной	0,01	0	0,38	2,20	20
2. Рыбные котлеты с картофелем	18,0	18,70	30,90	364,30	200 (7-11)
3. Картофельное пюре	2,80	25,40	38,80	455,40	250 (12-18)
4. Рис отварной	3,60	4,80	36,40	203,50	150 (7-11)
5. Соус сметанный	4,20	5,20	42,90	235,0	180 (12-18)
6. Сок фруктовый	1,0	0,20	20,20	86,60	200
7. Каша гречневая	1,52	0,16	9,84	46,90	25 (7-11)
8. Каша пшеничная	2,28	0,24	14,76	80,30	30 (12-18)
9. Каша рисовая	1,65	0,30	9,90	48,90	25 (7-11)
10. Каша манная	1,98	0,36	11,88	58,70	30 (12-18)
11.					
Всего:					Суммарно (1-4 кл) 106-00 109-00 (5-11 кл)



Директор Наф Диспетчер Дуф