

Утверждаю

директор

Захаров А.Л.

«20» января 2024 г.



Меню
для обучающихся 2, 3, 6, 8, 9 классов

№ реп.	Прием пищи/ наименование блюд	Масса порции	Энерге тическая я ценнос ть (ккал)	Белки, г	Жиры г		
Обед							
30	Винегрет овощной	100	121,5	1,3	9,9	8,4	6,00
41	Щи из свежей капусты	200	114	2,0	4,3	10,0	9,00
84	Рыба тушеная в томате с овощами	75/75	245	24,8	16,6	6,1	34,44
97	Макаронные изделия отварные	150	135,5	3,5	4,1	23,5	9,15
153	Компот из смеси сухофруктов	200	124	0,6	0	31,4	5,50
	Хлеб пшеничный	20	25,5	1,58	0,2	9,66	1,30
	Хлеб ржаной	40	31,3	2,24	0,44	19,76	1,61
	Итого за обед		796,8	36,02	35,54	108,82	67,00