


Утверждаю

директор

Захаров А.Л.

«25» январь 2025 г.




**Меню
для обучающихся 1,3,4,7, 9 классов**

№ рец.	Прием пищи/ наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Белки, г	Жиры, г		
Завтрак							
121	Каша гречневая на молоке вязкая	200	194,00	8,27	11,80	41,10	10,00
149	Какао с молоком	200	190,00	4,90	5,00	32,50	2,64
	хлеб пшеничный	20	25,50	1,58	0,20	9,66	1,48
	хлеб ржаной	40	31,30	2,24	0,44	19,76	2,88
	итого						
Обед							
13	Салат из свежей капусты	100	84,50	1,20	4,90	10,50	12,00
39	Борщ с капустой и картофелем	200	116,00	5,50	4,90	10,50	18,00
63	Гуляш	100	132,00	13,90	6,50	4,00	29,64
97	Отварные макаронные изделия	150	220,50	5,25	6,15	35,25	6,00
146	Чай с лимоном	200	60,00	0,30		15,20	5,00
	Хлеб пшеничный	20	25,50	1,58	0,20	9,66	1,48
	Хлеб ржаной	40	84,50	2,24	0,44	19,76	2,88
	Итого за обед						