



## МЕНЮ НА 16.12.24 г. (7-11 лет)

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углев оды	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
<b>Завтрак</b>							
175	Каша молочная из риса и пшена	200	5,79	10,65	31,89	248	27,26
382	Какао с молоком	200	3,54	3,43	23,82	140	19,01
ПР	Хлеб рябинушка	40	3,2	0,8	21,2	104	3,36
ПР	Кондитерское изделие	38	2,43	2,54	9,8	106	15,00
<b>II завтрак</b>							
ПР	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	1 ШТ	5,65	8,32	17,19	166	13,67
<b>ОБЕД</b>							
45	Салат из белокочанной капусты	60	0,79	1,95	3,88	36	5,69
96	Рассольник ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	86	11,96
128	Картофельное пюре	150	2,95	3,99	19,6	126	18,32
229	Минтай тушеный с овощами	105	10,99	4,57	4,36	103	52,23
376	Чай с сахаром	200	0,08	0,03	12,69	51	3,37
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,28	6,73	36	1,53
ПР	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	8,5	52	1,30



УТВЕРЖАЮ:  
Директор школы

Токмаков И.А.

## МЕНЮ НА 16.12.24 Г. (12 лет и старше)

№ рецел туры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углев оды	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
	<b>Завтрак</b>						
175	Каша молочная из риса и пшена	250	6,76	12,34	47,03	326	34,10
382	Какао с молоком	200	3,54	3,43	23,82	140	19,01
ГПР	Хлеб рябинушка	70	5,6	1,4	37,1	182	5,88
14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	10,80
ГПР	Кондитерское изделие	38	2,43	2,54	9,8	106	15,00
	<b>ОБЕД</b>						
45	Салат из белокочанной капусты	100	1,46	4,48	8,57	80	9,46
96	Рассольник ленинградский	250	2,04	4,73	15,23	112	18,73
128	Картофельное пюре	180	3,54	4,78	23,52	151	25,24
229	Минтай тушеный с овощами	105	10,99	4,57	4,36	103	52,23
ГПР	Сок	200	0,75		20,57	85	10,78
ГПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,84	20,21	108	4,58
ГПР	Хлеб ржаной	40	3,4	1,32	17	104	2,61