



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор школы  
Токмаков И.А.

## МЕНЮ НА 21.10.24 г. (7-11 лет)

№ рецел туры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углев оды	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
	<b>Завтрак</b>						
204	Макароны отварные с сыром	160	10,83	12,74	27,29	267	42,74
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,04	12,47	51	5,48
ПР	Хлеб рябиனுшка	19,6	1,52	0,38	10,07	49	1,65
ПР	Торт Боярушка	38	2,43	2,54	9,8	106	14,76
	<b>II ЗАВТРАК</b>						
ПР	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	1 ШТ	5,65	8,32	17,19	166	13,67
	<b>Обед</b>						
40	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60	1,64	4,24	5,73	68	9,06
88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,41	3,96	6,32	72	7,47
171	Каша рассыпчатая рисовая	150	7,95	8,36	37,69	258	25,80
280	Фрикадельки в соусе	90	7,4	9,9	59,05	157	44,09
352	Кисель из концентрата	200	0,12	0,11	15,3	50	5,15
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



## МЕНЮ НА 21.10.24г. (12 лет и старше)

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
	<b>Завтрак</b>						
204	Макароны отварные с сыром	200	13,54	15,92	34,11	334	59,98
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,04	12,47	51	5,48
ПР	Хлеб рябинушка	70	5,6	1,4	37,1	182	5,88
ПР	Торт Боярушка	38	2,43	2,54	9,8	106	14,76
	<b>Обед</b>						
40	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	100	2,74	7,07	9,55	113	15,10
88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,79	4,58	8,58	83	13,53
171	Каша рассыпчатая рисовая	180	9,54	10,04	45,24	309	35,71
280	Фрикадельки в соусе	130	10,68	14,3	13,07	227	71,12
352	Кисель из концентрата	200	0,12	0,11	15,3	50	5,15
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,84	20,21	108	4,58
ПР	Хлеб ржаной	40	3,4	1,32	17	104	2,61