

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы

**МЕНЮ НА 10.01.25 г.
(7-11 лет)**

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
	Завтрак						
171	Каша рассыпчатая гречневая	150	4,82	2,03	37,69	258	16,39
268	Котлета из говядины с куриным филе	50	7,29	11,11	5,74	152	40,32
331	Соус томатно-овощной	20	1,64	1,02	2,92	27	1,68
349	Компот из смеси сухофруктов	200			18,16	73	7,77
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,56	13,47	72	3,05
	II завтрак						
ПР	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	1 ШТ	5,65	8,32	17,19	166	12,61
	Обед						
35	Салат из картофеля	60	1,07	3,16	7,77	64	7,25
82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,46	3,63	9,56	77	13,81
309	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168	13,27
294	Котлета из курицы	90	13,82	18,43	13,06	274	58,42
352	Кисель из концентрата	200	0,12	0,11	15,3	50	5,15
ПР	Хлеб пшеничный	24,9	1,92	0,34	8,09	44	1,90
ПР	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	8,5	52	1,30

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы

**МЕНЮ НА 10.01.25 г.
(12 лет и старше)**

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углев оды	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
	Завтрак						
171	Каша рассыпчатая гречневая	180	9,54	10,03	45,24	309	22,70
268	Котлета из говядины с куриным филе	100	14,58	22,21	11,48	304	81,64
331	Соус томатно-овощной	20	1,64	1,02	2,92	27	1,68
349	Компот из смеси сухофруктов	200			18,16	73	7,77
ПР	Хлеб пшеничный	70	5,6	0,98	23,57	126	5,35
	Обед						
35	Салат из картофеля	100	1,78	5,27	12,95	106	12,07
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,82	4,55	11,94	96	17,72
309	Макаронные изделия отварные	180	6,24	5,01	33,87	206	19,74
294	Котлета из курицы	100	15,35	20,48	14,51	304	64,89
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