

Утверждаю

Директор школы

Т.К.Грибова

« 9 » января 2025г.

МЕНЮ

« 21 » января 2025г.

№	Наименование продукта	Выход, гр.	Б/Ж/У			Энергетическая ценность
Завтрак						
1	Куриное филе запеченное	75	8,4	27,9	0,45	228
2	Рис отварной с овощами	200/30	3,77	6,1	41,4	130
3	Чай с сахаром, лимоном	200	0,1	0	15	60
4	Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	30	2,5	0,3	16,8	82
	Итого		14,77	34,3	73,65	500
Обед						
1	Винегрет овощной	60	0,78	1,14	4,26	30,6
2	Борщ со сметаной	250/10	1,46	3,92	12,16	99
3	Птица жареная	80	23,3	19,8	0,1	272
4	Горошница с маслом сливочным	150/5	5,01	4,19	27,2	132,6
5	Сок	200	1	0	2,44	101,6
6	Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	30/20	4,1	0,5	28	136,6
	Итого		35,27	28,41	71,5	772,4