

Согласовано:

Утверждаю:

МЕНЮ*школа*

2025 г.

**ЗАВТРАК
(7-11 лет)**

1. МАКАРОНЫ С СЫРОМ		
2. ЧАЙ С САХАРОМ	1200	64,80
3. ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	114,90

ОБЕД

1. БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	1200	121,40
2. РИС ОТВАРНОЙ	1150	223,40
3. ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	190	176,10
4. САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	160	64,20
5. ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	114,90
6. КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	1200	50,30

ПОЛДНИК

1. КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	130	121,40
2. НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1200	93,80
3. ФРУКТ СВЕЖИЙ	110	103,40

итого: 222,97

энергетическая ценность ккал 1590,80

**ЗАВТРАК
(12-18 лет)**

	выход	ккал
1. МАКАРОНЫ С СЫРОМ	1280	444,80
2. ЧАЙ С САХАРОМ	1200	64,80
3. ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	170	160,80

ОБЕД

1. БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	1250	165,30
2. РИС ОТВАРНОЙ	1180	268,10
3. ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	1100	216,90
4. САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	160	64,20
5. ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	114,90
6. КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	1200	50,30

ПОЛДНИК

1. КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	130	121,40
2. НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	1200	93,80
3. ФРУКТ СВЕЖИЙ	120	112,80

итого: 251,47

энергетическая ценность ккал 1878,10

Повар

Синь | *Синькова* |