

Утверждаю  
Директор



## МЕНЮ

12 января 2022 г.

## ЗАВТРАК

для учеников 1-4 классов, обучающихся в первую смену

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена, руб
		Б	Ж	У		
Овощи по-сезону (салат из свеклы и зеленого горошка)	60	0,99	2,47	4,38	43,74	8,53
Гуляш из отварной говядины	100	13,36	14,08	3,27	164,00	62,63
Каша рассыпчатая (гречка)	150	8,60	4,27	38,64	243,75	13,06
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	2,40
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	0,95
Итого за завтрак:		26,17	21,24	75,60	585,49	87,57

Мед. работник \_\_\_\_\_

Повар \_\_\_\_\_

Утверждаю  
Директор



## Меню

для учащихся льготной категории 5-11 классов

12 января 2022 г.

### ОБЕД

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена, руб
		Б	Ж	У		
Овощи по-сезону (огурец порционный соленый)	100	0,80	0,10	1,70	10,00	15,13
Рассольник ленинградский	250	2,01	5,10	11,98	107,25	12,49
Птица, тушенная в соусе с овощами	200	16,67	14,89	17,20	269,33	54,79
Компот из свежих плодов	180	0,32	0,04	24,98	102,42	5,16
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,50	3,00
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,80
Итого за обед:		25,73	20,99	90,03	658,70	92,37

Мед. работник \_\_\_\_\_

Повар \_\_\_\_\_

