Согласовано
Директор школы _____ Е. П. Забаева

Меню 14.02.2022

Понедельник – 6 Младшие

Выход	Название	Ед. изм.
	Завтрак	
200/5	**Каша геркулесовая молочная** Пищевая ценность: Белки – 6,209 г, Жиры – 10,156 г, Углеводы – 31,45 г., Калорийность – 231,612 ккал	г
10	**Масло сливочное** Пищевая ценность: Белки – 0 г, Жиры – 8,2 г, Углеводы – 0,1 г., Калорийность – 75 ккал	г
40	**Яйцо вареное** Пищевая ценность: Белки – 3,759 г, Жиры – 3,542 г, Углеводы – 0,235 г., Калорийность – 49,612 ккал	г
200	**Какао на молоке** Пищевая ценность: Белки – 3,52 г, Жиры – 3,72 г, Углеводы – 25,49 г., Калорийность – 145,2 ккал	г
50	**Хлеб пшеничный** Пищевая ценность: Белки – 3,8 г, Жиры – 0,45 г, Углеводы – 24,9 г., Калорийность – 113,22 ккал	г
60	**Салат из моркови** Пищевая ценность: Белки – 0,65 г, Жиры – 0,11 г, Углеводы – 5,17 г., Калорийность – 24,24 ккал	г
100	**Мандарин** Пищевая ценность: Белки – 0,81 г, Жиры – 0,31 г, Углеводы – 11,54 г., Калорийность – 53 ккал	г
	Обед	
50	**Икра из кабачков консервированная** Пищевая ценность: Белки – 0,74 г, Жиры – 3,465 г, Углеводы – 3,612 г., Калорийность – 48,19 ккал	г
200	**Уха «Ростовская»** Пищевая ценность: Белки – 6,6 г, Жиры – 2,4 г, Углеводы – 9,9 г., Калорийность – 67,8 ккал	г
80/75	**Гуляш мясной** Пищевая ценность: Белки – 19,72 г, Жиры – 17,89 г, Углеводы – 4,76 г., Калорийность – 168,2 ккал	г
150	**Каша рассыпчатая (гречка)** Пищевая ценность: Белки – 7,46 г, Жиры – 5,61 г, Углеводы – 35,84 г., Калорийность – 230,45 ккал	г
200	**Сок фруктовый + Вит. С** Пищевая ценность: Белки – 0,74 г, Жиры – 0 г, Углеводы – 21,56 г., Калорийность – 88,48 ккал	г
50	**Хлеб пшеничный** Пищевая ценность: Белки – 3,8 г, Жиры – 0,45 г, Углеводы – 24,9 г., Калорийность – 113,22 ккал	г
50	**Хлеб ржаной** Пищевая ценность: Белки – 2,75 г, Жиры – 0,5 г, Углеводы – 17 г., Калорийность – 85 ккал	г
	Полдник	
200/15/7	**Чай с сахаром и лимоном** Пищевая ценность: Белки – 0,434 г, Жиры – 0 г, Углеводы – 12,725 г., Калорийность – 46,033 ккал	г
25	**Пряник** Пищевая ценность: Белки –0,98 г, Жиры –7,65 г, Углеводы - 15,63 г, Калорийность – 135,25 ккал	г

Ответственный за питание _____ / Ирина Ивановна Кяжкина
Повар _____ / Людмила Владимировна Девятаева

Согласовано

Директор школы _____ Е. П. Забаева

Меню 14.10.2022

Понедельник – 6 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.
	Обед	
100	**Икра из кабачков консервированная** Пищевая ценность: Белки – 1,4 г, Жиры – 7 г, Углеводы – 7,224 г., Калорийность – 96,38 ккал	г
200	**Уха «Ростовская»** Пищевая ценность: Белки – 6,6 г, Жиры – 2,4 г, Углеводы – 9,9 г., Калорийность – 67,8 ккал	г
80/75	**Гуляш мясной** Пищевая ценность: Белки – 19,72 г, Жиры – 17,89 г, Углеводы – 4,76 г., Калорийность – 168,2 ккал	г
200	**Каша рассыпчатая (гречка)** Пищевая ценность: Белки – 9,94 г, Жиры – 7,48 г, Углеводы – 47,78 г., Калорийность – 307,26 ккал	г
200	**Сок фруктовый + Вит. С** Пищевая ценность: Белки – 0,74 г, Жиры – 0 г, Углеводы – 21,56 г., Калорийность – 88,48 ккал	г
50	**Хлеб пшеничный** Пищевая ценность: Белки – 3,8 г, Жиры – 0,45 г, Углеводы – 24,9 г., Калорийность – 113,22 ккал	г
50	**Хлеб ржаной** Пищевая ценность: Белки – 2,75 г, Жиры – 0,5 г, Углеводы – 17 г., Калорийность – 85 ккал	г
	Полдник	
200/15/7	**Чай с сахаром и лимоном** Пищевая ценность: Белки – 0,434 г, Жиры – 0 г, Углеводы – 12,725 г., Калорийность – 46,033 ккал	г
25	**Пряник** Пищевая ценность: Белки –0,98 г, Жиры –7,65 г, Углеводы - 15,63 г, Калорийность –135,25 ккал	г

Ответственный за питание _____ / Ирина Ивановна Кяжкина

Повар _____ / Людмила Владимировна Девятаева