

Утверждаю

Директор школы

И.И. Похабова _____

День 4					
Дети 6-11 лет			Дети 12 лет и старше		
Наименование блюда	Масса порции	Эн/ц (ккал)	Наименование блюда	Масса порции	Эн/ц (ккал)
Завтрак			Завтрак		
Омлет натуральный	200	259,00	Омлет натуральный	200	259,00
Чай с сахаром	200	57,00	Чай с сахаром	200	57,00
Батон с маслом и сыром	51	152	Батон с маслом и сыром	59	177
Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	120	56,4	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	120	56,4
Обед			Обед		
Кукуруза консервированная отварная	60	34,80	Кукуруза консервированная отварная	100	58,00
Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины	250	153,00	Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины	250	153,00
Рыба, тушенная в сметанном соусе	100	160,00	Рыба, тушенная в сметанном соусе	100	160,00
Рис отварной	150	209	Рис отварной	180	249
Компот из сухофруктов	200	106,00	Компот из сухофруктов	200	117,00
Хлеб пшеничный	20	41,6	Хлеб пшеничный	30	62,4
Хлеб ржаной	20	40,00	Хлеб ржаной	30	60,00
Полдник			Полдник		
Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, конфеты)	20	108,4	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, конфеты)	40	216,8
Кисломолочный продукт (бифидок, или ряженка, или снежок или др.)	200	118,00	Кисломолочный продукт (бифидок, или ряженка, или снежок или др.)	200	118,00
Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	110	51,7	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	110	51,7