



Утверждаю

Директор школы

Е.В. Глазова

12.01.2024

Завтрак

1-4 класс

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Каша гречневая вязкая	200	194	6,11	6,68	27,36
Компот из сухофруктов	200	117	1,77	0,33	14
Хлеб ржаной	30	68,10	1,77	0,33	14,4
Сосиска отварная	80	164	5,55	15,55	0,25
Мандарины	250	105,00	1	0	26

Завтрак

5-9 класс

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Каша гречневая вязкая	200	194	6,11	6,68	27,36
Компот из сухофруктов	200	117	1,77	0,33	14
Хлеб ржаной	30	68,10	1,77	0,33	14,4
Сосиска отварная	80	164	5,55	15,55	0,25

Обед овз

наименование блюда	выход	Б	Ж	У	Э/ц
Суп картофельный	200	1,41	3,96	6,32	71,8
Каша гречневая вязкая	200	194	6,11	6,68	27,36
Птица отварная	80	4	5	5,55	152
Компот из сухофруктов	200	1,77	0,33	14	117
Хлеб	2/30	3,54	0,66	28,08	136,2