

Утверждаю
Директор школы

Рябов А.И.

МЕНЮ на 20 апреля 2022 года (весенне-летний период)

для учащихся с 7 лет до 11 лет

№ Рец.	Наименование блюда	Масса порции в граммах	Пищевые вещества (в граммах)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Шестой день						
	Обед:					
22	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	60	0,7	6,0	3,8	70,4
110	Борщ из капусты и картофеля	200	1,6	4,8	10,7	82,3
470	Фрикадельки из говядины	100	16,6	19,2	9,3	271,9
520	Картофельное пюре	150	3,1	5,0	21,8	143,7
	Сок	200	1,4	0,0	13,7	62,0
	Хлеб ржано-пшеничный	90	6,5	2,0	38,6	185,4
	фрукты	170	0,6	0,6	14,7	69,3
	Итого:	970				884,9

для учащихся с 12 лет до 18 лет

	Обед:					
22	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	80	1,0	8,1	5,1	93,9
110	Борщ из капусты и картофеля	200	1,6	4,8	10,7	82,3
470	Фрикадельки из говядины	100	16,6	19,2	9,3	271,9
520	Картофельное пюре	150	3,1	5,0	21,8	143,7
	Сок	200	1,4	0,0	13,7	62,0
	Хлеб ржано-пшеничный	130	9,4	2,8	55,4	266,8
	фрукты	170	0,6	0,6	14,7	69,3
	Итого:	1030				989,0