



Директор МКОУ «Приморская СШ»

Согласовано:

Л.И. Чижова

МЕНЮ

« 14 » *ноября*

2022 год

| ЗАВТРАК  |                       |   |                        |  |
|--|-----------------------|---|------------------------|--|
| Наименование блюд                                      | Масса порции 7-11 лет | Ккал (энергетическая ценность) 7-11 лет | Масса порции 11-18 лет | Ккал (энергетическая ценность) 11-18 лет |
| - каша вязкая манная из риса и пшена «Дружба» с маслом | 200                   | 220,4                                   | 200                    | 220,4                                    |
| - сыр (норвичский)                                     | 10                    | 35,3                                    | 10                     | 35,3                                     |
| - чай с сахаром и лимоном                              | 200/15/4              | 61,9                                    | 200/15/4               | 61,9                                     |
| - хлеб пшеничный                                       | 50                    | 114,8                                   | 50                     | 114,8                                    |
| - фрукты свежие (банан)                                | 150                   | 68,4                                    | 150                    | 68,4                                     |
| ОБЕД   |                       |   |                        |  |
| - овощи по сезону (капустка квашенная)                 | 60                    | 25,4                                    |                        |  |
| - рис отварной «Ленинградский» (перловка) с овощами    | 200/10                | 129,0                                   |                        |  |
| - картофель печеный с маслом                           | 90/20                 | 243,5                                   |                        |  |
| - каша пшеничная                                       | 150                   | 199,0                                   |                        |  |
| - каша рисовая с маслом                                | 200                   | 112,4                                   |                        |  |
| - хлеб пшеничный                                       | 30                    | 84,8                                    |                        |  |
| - хлеб ржано-пшеничный                                 | 20                    | 49,2                                    |                        |  |

Медицинская сестра

*А.А.А.*

С.А. Ачкасова