



Директор школы

*Шуф* Ф.В.Неупокоева

**Меню на 24 октября**  
**Завтрак 8 детей**

<u>Блюда</u>	Вес порций	Б	Ж	У	Энергетическая ценность
<b>6-10 лет</b>					
Огурцы соленые	50	0,55	0,1	1,9	12
Тефтели мясные, соус	100/50	8,7	8,9	10,4	156,64
Макароны отварные	180	7,14	0,74	1,14	210
Чай с лимоном	200	0,2	0	30,4	122
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	13,56	60,3
<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>18,63</b>	<b>10,13</b>	<b>57,4</b>	<b>560,94</b>
<b>11-18 лет</b>					
Огурцы соленые	60	0,55	0,1	1,9	12
Тефтели мясные, соус	100/50	8,7	8,9	10,4	156,64
Макароны отварные	200	7,14	0,74	1,14	210
Чай с лимоном	200	0,2	0	30,4	122
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	13,56	60,3
<b>Итого:</b>	<b>590</b>	<b>18,63</b>	<b>10,13</b>	<b>57,4</b>	<b>560,94</b>

**Обед**

<u>Блюда</u>	Вес порций	Б	Ж	У	Энергетическая ценность
<b>6-10 лет</b>					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом	100	1,03	3,85	5,88	62,3
Суп с фрикадельками	200	30,85	5,25	25,7	165
Гуляш мясной	100	14,55	16,79	2,89	221
Каша гречневая рассыпчатая	150	11,4	9,64	54,91	360,68
Компот из ягод	200	0	0	20,2	79,8
Хлеб ржано-пшеничный	2/30	4,08	0,78	27,12	120,3
<b>Итого:</b>	<b>810</b>	<b>61,91</b>	<b>36,31</b>	<b>136,7</b>	<b>1009,38</b>
<b>11-18 лет</b>					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом	100	1,03	3,85	5,88	62,3
Суп с фрикадельками	250	30,85	5,25	25,7	165
Гуляш мясной	100	14,55	16,79	2,89	221
Каша гречневая рассыпчатая	200	11,4	9,64	54,91	360,68
Компот из ягод	200	0	0	20,2	79,8
Хлеб ржано-пшеничный	2/30	4,08	0,78	27,12	120,3
<b>Итого:</b>	<b>910</b>	<b>61,91</b>	<b>36,31</b>	<b>136,7</b>	<b>1009,38</b>

Составил зав. производством: *Шмидская М.С.*