

Утверждаю

И.П. Юмагулова Я.С.

Юмагулова Я.С./



МБОУ Горноосиновская ссш

наименование учреждения

Меню на сегодня 29.03.24

Завтрак

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Каша овсяная на молоке	250	250	348	348
Батончик васа	37	37	178	178
Чай зеленый с сахаром	180	180	52	52
Хлеб пшеничный в/к	30	30	57	57
Итого	497,0	497,0	635,0	635,0

Обед

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Суп из св. лапши с овощами	60	60	50	50
Суп картофель. с горохом	200	200	148	148
Потешка куриная	100	100	430	430
Литер. из соевых бобов	140/10	140/10	222	222
Кисель ягодно-фруктовый	180	180	114	114
Хлеб пшеничный	40	40	76	76
Хлеб ржаной	40	40	84	84
Итого	770,0	770,0	1124	1124