

Утверждаю
 Заведующий Сменовским
 филиалом МОУ «Захаровская СОШ №1»
 Косичкина И.Э



На 21 ноября 2024г (4 день)	Масса порции:		Энергетическая ценность (ккал)	
	7-11л	11-18л	7-11л	11-18л
Завтрак :09,10-10,00				
Каша молочная овсяная жидкая	210 гр.	210гр.	285	285
Хлеб пш.	30	30гр.	70	70
Чай с сахаром	200\15гр.	200\15гр	40	40
Масло сливочное	10 гр.	10 гр.	66	66
Итого за завтрак			461	461
Обед 10,10-11,40				
Фрукт свежий	100гр	100гр	56	56
Салат	60 гр.	60гр.	49	49
Борщ из св.капусты с картофелем	250 гр.	300 гр.	104	118
Гуляш из говядины	110 гр.	110 гр.	340	340
Каша гречневая рассыпчатая	150 гр.	200 гр.	244	250
Хлеб пшеничный	30 гр.	30 гр.	70	70
Хлеб ржаной	40 гр.	40гр	92	92
Кисель	200 гр.	200гр.	110	110
Итого за обед			1065	1085
Всего за день			1526	1546