



МЕНЮ на 20 декабря 2022 года

Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, кк.
--------------------	-----------------	------------	-----------	---------------	------------------------------

Дополнительный завтрак 1-4 классы

яблоко	200				
сок	200				

Завтрак 5-11 классов

Гуляш	50/50	9,2	4,9	1,3	166,66
Гречневая каша с маслом	75/5	2,65	4,16	2,3	157,1
Хлеб рж.	20	2,4	1,1	41	202
чай с сахаром	200	0,07	0	15	60

Обед в группе продленного дня

Борщ	250	2	5	14,3	405
Биточки куриные	50	9	5	8,2	202
Макаронные изделия с маслом	100/5	11,5	8,34	30,44	157,1
Чай с сахаром	200	0,3	0	15	60
Хлеб рж.	30	6,6	1,1	41,0	206
Хлеб пш.	20	7,5	2,8	50,5	263

Полдник в группе продленного дня

Сдоба обыкновенная	50	6,68	3,52	19,3	180
Чай с сахаром	200	0,3	0	15	60