

Утверждаю



И.А.Смирнова  
И.о. Директор МБОУ «Есеновичская СОШ»

# Меню 06.10.2022 г

Питание обучающихся старше с 7-11 лет на базе МБОУ «Есеновичская СОШ»

	Вес порции	Энергетическая ценность Ккал
<b>Завтрак</b>		
	200/4/7	228,91
Каша геркулесовая (жидкая)	200	81,52
Кофейный напиток с молоком	35/5	198,19
Батон нарезной с маслом сливочным	100	144
Яблоко		<b>652,62</b>
<b>обед</b>	200/10	148,81
Суп картофельный с бобовыми	180/7	258,96
Рис рассыпчатый	80	42
Рыба припущенная (минтай)	50	23,62
Соус красный	100	89,07
Салат из капусты	200	166,6
Компот из свежих фруктов	80	172
Хлеб ржаной		<b>901,06</b>

Питание обучающихся старше 11 лет на базе МБОУ «Есеновичская СОШ»

	Вес порции	Энергетическая ценность Ккал
<b>Завтрак</b>		
	200/4/7	228,91
Каша геркулесовая (жидкая)	200	81,52
Кофейный напиток с молоком	35/5	198,19
Батон нарезной с маслом слив.	100	144
Яблоко		<b>652,62</b>
<b>обед</b>	250/13	189,97
Суп картофельный с бобовыми	180/7	258,96
Рис рассыпчатый	100	63,01
Рыба припущенная (минтай)	50	23,62
Соус красный	100	89,14
Салат из капусты	200	166,6
Компот из свежих фруктов	80	172
Хлеб ржаной		<b>963,3</b>