



# Меню 13.10.2022 г

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

Завтрак	Вес порции	Энергетическая ценность Ккал
Каша геркулесовая (жидкая)	200/4/7	243,87
Компот из свежих фруктов	200	166,6
Батон нарезной	35	145,83
Апельсин	100	38
<b>обед</b>		<b>594,3</b>
Суп картофельный с крупой и рыбой (минтай)	200/14	107,38
Капуста тушеная	180	138,47
Сосиска молочная	100	277
Салат из свеклы	100	83,96
Чай сладкий	200	56,1
Хлеб ржаной	80	172
		<b>834,9</b>

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

Завтрак	Вес порции	Энергетическая ценность Ккал
Каша геркулесовая (жидкая)	200/4/7	243,87
Компот из свежих фруктов	200	166,6
Батон нарезной	35	145,83
Апельсин	100	38
<b>обед</b>		<b>594,3</b>
Суп картофельный с крупой и рыбой (минтай)	250/18	141,83
Капуста тушеная	180	138,47
Сосиска молочная	100	277
Салат из свеклы	100	83,96
Чай сладкий	200	56,1
Хлеб ржаной	80	172
		<b>869,36</b>