

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



Меню 21.11.2022

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

Завтрак	Вес порции	Энергетическая ценность Ккал
Каша рисовая (жидкая)	200/4/7	233,95
Чай сладкий с лимоном	200/7	58,27
Вафли	65	189,6
Апельсин	100	38
Обед		519,82
Борщ с картофелем и сметаной	200/10/5	127,36
Картофельное пюре	180	168,63
Рыба припущенная (минтай)	80	42,00
Салат из капусты	60	53,37
Какао на молоке	200	147,7
Хлеб ржаной	80	172
Яблоко	100	192
		903,09

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

Завтрак	Вес порции	Энергетическая ценность Ккал
Каша рисовая (жидкая)	200/4/7	233,95
Чай сладкий с лимоном	200/7	58,27
Вафли	65	189,6
Апельсин	100	38
Обед		519,82
Борщ с картофелем и сметаной	250/13/5	163,81
Картофельное пюре	180	168,63
Рыба припущенная (минтай)	100	63,01
Салат из капусты	100	89,14
Какао на молоке	200	147,7
Хлеб ржаной	80	172
Яблоко	100	192
		996,31