



Утверждаю:  
Директор школы:  
Аир-Санаа С.М.

## МЕНЮ

14 ноября 2023

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг.ц. (ккал)
			(г)			
			Б	Ж	У	
	<b>Завтрак</b>					
54-16к-2020	Каша "Дружба"	150	3.7	4.3	18	166.6
54-4о-2020	Омлет с сыром	75	9.5	10.7	1.5	188
Пром.	Фрукт (яблоко)	120	0.5	0.5	11.9	73.3
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	6.6	27.9
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3.4	0.4	22.1	105.5
	<b>Обед</b>					
54-10с-2020	Суп крестьянский с крупой	200	5.1	5.7	10.7	145.6
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3.2	5.2	19.8	139.4
54-16м-2020	Тефтели из говядины с рисом	100	8.7	8.8	4.9	153.1
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	19.8	81
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3.4	0.4	22.1	105.5

