



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

## МЕНЮ

23 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	7.3	26	166.6
Пром.	Запеканка из творога	75	14	11	2	195
Пром.	Фрукт (мандарин)	100	0.8	0.2	7.5	55
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.5	26.8
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0.4	10	51.2
	<b>Обед</b>					
54-11з-2020	Салат из моркови с яблоками	60	0.6	6.1	4.3	74.2
54-8с-2020	Суп гороховый	200	6.6	4.6	16.3	133.1
54-6г-2020	Рис отварной	150	3.7	4.8	36.4	203.5
54-6р2020	Рыба припущенная в молоке (горбуша)	90	14.8	10.3	2.5	162.9
54-2соус-2020	Соус белый основной	20	0.5	0.7	0.8	12.5
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4.6	3.6	12.6	100.4
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0.4	10	51.2

