

Директор школы

**Меню**  
**на питание обучающихся**  
**МБОУ «Красномаяковская ООШ»**  
**на « 14 »января 2022 года**

**Завтрак 1-4 классы**

<b>№ n/n</b>	<b>Меню</b>	<b>Выход</b>	<b>Эн/ценность</b>
1.	ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40 гр.	59,2 ккал
2.	БИТОЧКИ ИЗ КУР	90 гр.	213,2 ккал
3.	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150 гр.	150,0 ккал
4.	ЧАЙ С САХАРОМ	200 гр.	59,6 ккал
5.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40 гр.	94,7 ккал
6.	ФРУКТ БАНАН	130 гр.	68,3 ккал

**Завтрак 5-9 классы**

<b>№ n/n</b>	<b>Меню</b>	<b>Выход</b>	<b>Эн/ценность</b>
1.	ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60 гр.	88,8 ккал
2.	БИТОЧКИ ИЗ КУР	100 гр.	239,2 ккал
3.	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180 гр.	180,0 ккал
4.	ЧАЙ С САХАРОМ	200 гр.	59,6 ккал
5.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40 гр.	94,7 ккал

**Обед**

<b>№ n/n</b>	<b>Меню</b>	<b>Выход</b>	<b>Эн/ценность</b>
1.	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60 гр.	68,1 ккал
2.	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5 гр.	146,5 ккал
3.	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ ПОРЦИОННАЯ	90 гр	235,1 ккал
4.	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150 гр.	132,6 ккал
5.	КАКАО С МОЛОКОМ	200 гр.	108,9 ккал
6.	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40 гр.	81,6 ккал