«Утверждаю»
Директор МБОУ СОШ с.Торгалыг
_____ Санчы Э.Т.

МЕНЮ

на 06.11.2024г.

Возрастная категория: 7-17 лет.

Среда

№	Название блюд **Завтрак**	Масса (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Ккал
1	Манник	150	8,2	2,4	45,9	100
2	Каша молочная пшеничная	150	0,6	0,5	15,5	68,3
3	Фрукт (яблоко)	200	3,9	2,9	11,2	86
4	Чай с медом	200	0,7	0,2	6,6	30,4
5	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5

№	Название блюд **Обед**	Масса (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Ккал
1	Овощи в нарезке	60	1	1	2	19
2	Суп крестьянский с крупой	200	2	4,9	11,7	98,9
3	Каша перловая рассыпчатая	100	14,1	5,7	4,4	126,4
4	Курица тушенная с морковью	90	10	7	2	133
5	Соус молочный натуральный	100	1	3,8	4,1	56
6	Сок персиковый	200	1	0	20	92
7	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5