



«Утверждаю»

Директор МБОУ СОШ с.Торгалыг

Санчы Э.Т.

МЕНЮ

на 15.11.2024г.

Возрастная категория: 7-17 лет.

Пятница

№	Название блюд Завтрак	Масса (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Ккал
1	Масло сливочное порциями	60	0,1	11	0,2	108
2	Каша молочная рисовая	250	6,9	7	23	184
3	Фрукт (банан)	100	2,3	0	33	138
4	Чай с молоком и сахаром	200	2	1,1	8,6	50,9
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	Салат из помидоров и огурцов	80	0,1	3	2	33
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	15	8	10	183
3	Плов с курицей	120	11	16	24	259
4	Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,2	27	123
5	Хлеб пшеничный	60	4,6	1	22,9	115,7
6	Джем	10	0,1	0	7,2	29