



«Утверждаю»

Директор МБОУ СОШ с.Торгалыг  
Санчы Э.Т.

### МЕНЮ

на 04.12.2024г.

Возрастная категория: 7-17 лет.

Среда

№	Название блюд <b>Завтрак</b>	Масса (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Ккал
1	Манник	100	8	2	46	211
2	Каша молочная пшеничная	150	1,9	1	16	84
3	Фрукт (яблоко)	100	4	3	11	86
4	Чай с медом	200	1	0	7,4	30
5	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5

№	Название блюд <b>Обед</b>	Масса (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Ккал
1	Овощи в нарезке	60	1	0,9	2	20
2	Суп крестьянский с крупой	200	2	5,6	12	111
3	Каша перловая рассыпчатая	150	4	7	26	201
4	Курица тушенная с морковью	100	10	3	6	100
5	Соус молочный натуральный	60	1	4	3,9	61
6	Сок натуральный	200	1	0	20	92
7	Хлеб пшеничный	60	4,6	1	22,9	115,7