

«Утверждаю»

Директор МБОУ СОШ с.Торгалыг

 Санчы Э.Т.

## МЕНЮ

на 13.12.2024г.

Возрастная категория: 7-17 лет.

Пятница

№	Название блюд <b>Завтрак</b>	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 (мандарин)	100	0,8	0,2	7,5	30
4	Чай с молоком	200	3	0	22	110
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	Сыр из твердых сортов в нарезке	100	5	4	0	60
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