



МЕНЮ на 21 декабря 2022 года

Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, кк
Дополнительный завтрак 1-4 классы					
мандарин	200				
сок	200				
Завтрак 5-11 классов					
Котлета рыбная	60	13,75	10,86	3,49	166,66
Картофельное пюре	130	14,83	9,16	31,3	157,1
Хлеб рж./пш.	20/20	2,4	1,1	41	202
чай с сахаром , лимоном	200/10	0,07	0	15	62
Обед в группе продленного дня					
Суп рыбный	250	2	5	14,3	108
Шницель куриный	50	9	5	8,2	202
Рис отварной с маслом	100/5	11,5	8,34	30,44	157,1
Чай с сахаром	200	0,3	0	15	60
Хлеб рж.	30	6,6	1,1	41,0	206
Хлеб пш.	20	7,5	2,8	50,5	263
Полдник в группе продленного дня					
Плюшка	50	6,68	3,52	19,3	180
Чай с сахаром	200	0,3	0	15	60