

« 10 » ноября 2023 г.

Утверждаю: директор школы Мас Н.В.Малахова

**Завтрак, платно 7 лет и старше**

| № п/п | Наименование блюда   | Выход, в граммах | Ккал | Б | Ж | У |
|-------|----------------------|------------------|------|---|---|---|
| 1.    | Запеканка из творога | 150              |      |   |   |   |
| 2.    | чай с сахаром        | 200              |      |   |   |   |
| 3.    | Батон витаминизиров. | 30               |      |   |   |   |
| 4.    |                      |                  |      |   |   |   |

**Обед, платно, 12 лет и старше, сотрудники**

| № п/п | Наименование блюда | Выход, в граммах | Ккал | Б | Ж | У |
|-------|--------------------|------------------|------|---|---|---|
| 1.    | Рис с овощами      | 180              |      |   |   |   |
| 2.    | Рыба отварная      |                  |      |   |   |   |
| 3.    | чай с сахаром      | 200              |      |   |   |   |
| 4.    | хлеб пшеничный     | 60               |      |   |   |   |

**Завтрак, бесплатно, 7 – 11 лет**

| № п/п | Наименование блюда | Выход, в граммах | Ккал | Б   | Ж   | У    |
|-------|--------------------|------------------|------|-----|-----|------|
| 9.    | Рис с овощами      | 150              | 427  | 2   | 8   | 32   |
| 10.   | Рыба отварная      | 90               | 75   | 1,1 | 9,4 | 19,2 |
| 11.   | чай с сахаром      | 200              | 55   | 0   | 0   | 13,6 |
| 12.   | хлеб пшеничный     | 60               | 158  | 8,1 | 1   | 10,9 |
| 13.   | хлеб греческой     | 20               | 85   | 8   | 1,3 | 8    |
| 14.   |                    |                  |      |     |     |      |

**Завтрак, бесплатно, с 12 лет и старше**

| № п/п | Наименование блюда | Выход, в граммах | Ккал | Б   | Ж   | У    |
|-------|--------------------|------------------|------|-----|-----|------|
| 9.    | Рис с овощами      | 180              | 427  | 2   | 8   | 32   |
| 10.   | Рыба отварная      | 90               | 75   | 1,1 | 9,4 | 19,2 |
| 11.   | чай с сахаром      | 200              | 55   | 0   | 0   | 13,6 |
| 12.   | хлеб пшеничный     | 60               | 158  | 8,1 | 1   | 10,9 |
| 13.   | хлеб греческой     | 20               | 85   | 8   | 1,3 | 8    |
| 14.   |                    |                  |      |     |     |      |