



УТВЕРЖДЮ
Директор МБОУ
Кривлякская СОШ № 3
имени И.А. Высотина
А.В. Почтарь
«09» 01 2023г.

МЕНЮ

09 январь 2023г.

№	Наименование	Масса порции 6-10 лет	Масса порции 11-18 лет	Белки		Жиры		Углеводы		Калорийность	
				6-10 лет	11-18 лет	6-10 лет	11-18 лет	6-10 лет	11-18 лет	6-10 лет	11-18лет
Завтрак с 1-11 класс											
1	Макароны отварные	150	200	5,35	7,14	0,55	0,74	0,86	1,14	157,47	209,96
2	Гуляш	80	100	6,03	7,54	4,99	6,24	1	1,26	125,55	156,94
3	Кофейный напиток	200	200	4,58	4,58	5,04	5,04	21,5	21,5	145,34	145,34
4	Хлеб	50	50	3,07	3,07	1,07	1,07	20,93	20,93	107,22	107,22
5	Апельсины	100	100	0,9	0,9	0,2	0,2	8,1	8,1	43	43
Обед Подвоз+ОВЗ+ГПД											
1	Борщ	200	250	2,52	3,15	7	8,75	14,98	18,72	133	166,25
2	Огурцы свежие	100	100	0,8	0,8	0,1	0,1	2,6	2,6	14	14
3	Каша гречневая	150	200	8,55	11,4	7,23	9,64	41,18	54,9	270,51	360,68
4	Котлеты	80	120	12,42	18,64	9,42	14,13	12,86	19,28	185,34	278
5	Сок	200	200	1	1	0,2	0,2	0,2	0,2	92	92
6	Хлеб	50	50	3,07	3,07	1,07	1,07	20,93	20,93	107,22	107,22