



УТВЕРЖДЮ
Директор МБОУ
Кривлякская СОШ № 3
имени И.А. Высотина
А.В. Почтарь
«19» 01 2023г.

МЕНЮ

19 январь 2023г.

№	Наименование	Масса порции 6-10 лет	М асса 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	Каша овсяная вязкая	150	250	10,05	13,7	5,55	7,4	0,825	1,1	276	369,3
2	Рыба тушеная в том. с овощами	100	120	5,7	6,84	6	7,2	3,3	3,96	111,4	133,68
3	Чай с сахаром	200	200	12	12	3,06	3,06	13	13	49,3	19,3
4	Хлеб с маслом	50	50	3,06	3,06	9,44	9,44	18,275	18,275	170	170
5	Груши	100	100	0,4	0,4	0,3	0,3	10,3	10,3	47	47
Обед Подвоз+ОВЗ+ГПД											
1	Щи	200	250	2,52	3,15	7	8,75	10,92	13,65	116,2	145,25
2	Огурцы свежие	100	100	0,8	0,8	0,1	0,1	2,6	2,6	14	14
3	Картофельное пюре	150	200	4,88	6,5	7,35	9,8	19,05	25,4	151,5	202
4	Тефтели в молочном соусе	100	120	9,3	11,16	16,5	19,8	12,6	15,12	234,9	281,88
5	Компот из свежих плодов яблок	200	200	0,16	0,16	0,16	0,16	23,88	23,88	97,6	97,6
6	Хлеб	50	50	3,07	3,07	1,07	1,07	20,93	20,93	107,22	107,22