



Утверждаю:

Директор МБОУ

Кошурниковской ООШ №22

Н.П.Дума

МЕНЮ на 19 октября 2023г

ЗАВТРАК

Блюдо	Объем		Ккал	
	7-11	12-18	7-11	12-18
салат из белок. капусты	60	100	57.54	85.9
карт картофеля	150	180	137.25	164.70
рыба тушен с овощами	75/75	100/75	150	150
чай с сахаром	200	200	28	28
мед лимон	40	60	14.34	21.36

ОБЕД

Блюдо	Объем		Ккал	
	7-11	12-18	7-11	12-18
салат из свеклы и яблок	100	100	40.4	40.4
суп картоф с бобовыми	200	250	234.8	267.75
тефтели из говядины	100	100	290.28	290.28
карт картофеля	150	180	137.25	164.7
чай с сахаром	200	200	28	28
мед лимон	40	60	14.34	21.36