

МЕНЮ  
 на 23 ноября 2022 г.

Завтрак

| №  | Блюдо                              | гр    | ккал   |
|----|------------------------------------|-------|--------|
| 1) | Рагусы мясные с овощами<br>шницлем | 200   | 241,4  |
| 2) | чай с сахаром                      | 200   | 114,8  |
| 3) | булгур с овощами.                  | 40/15 | 288,50 |

Обед (1-4 классы)

| №  | Блюдо                                      | гр    | ккал         |
|----|--|-------|--------------|
| 1) | Каша овсяная                               | 60    | 73,2         |
| 2) | Щи с мясом и сметаной                      | 200   | 109,41       |
| 3) | Риса запеченная с овощами<br>рагу и сыром. | 90    | 133,04       |
| 4) | Пюре картофельное с маслом.                | 150   | 173,10       |
| 5) | Хлеб пшеничный / хлеб ржаной               | 50/45 | 117,1 / 89,1 |
| 6) | Сок фруктовый                              | 200   | 78           |

Обед (5-11 классы)

| №  | Блюдо                                     | гр  | ккал   |
|----|---|-----|--------|
| 1) | Риса запеченная с овощами<br>рагу и сыром | 100 | 147,82 |
| 2) | Пюре картофельное с маслом                | 200 | 230,8  |
| 3) | Хлеб пшеничный                            | 60  | 114,4  |
| 4) | Сок фруктовый.                            | 200 | 78     |