

«Утверждаю»

Директор школы: *Мелешкина Е.М.* (Мелешкина Е.М.)



## 1 декабря 5-9 классы

| <b>Обед</b>                          | <b>Масса порции (г)</b> | <b>ккал</b> |
|--------------------------------------|-------------------------|-------------|
| Салат из моркови с яблоками          | 80                      | 32,32       |
| Борщ из свежей капусты               | 250                     | 91,5        |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 180                     | 190,6       |
| Гуляш из отварной говядины           | 80                      | 126         |
| Чай с лимоном                        | 200                     | 45,6        |
| Пряник                               | 100                     | 365,9       |
| Яблоки свежие                        | 100                     | 44          |
| Хлеб пшеничный                       | 20                      | 141         |
| Хлеб ржаной                          | 30                      | 104,4       |