



Утверждаю

Директор ЗОШ № 21 Карасиков А.Н.

Меню на 1 февраля 2022г

Завтрак:	7-11 лет		11-18 лет	
	вес	к/кал	вес	к/кал
Сырники манит	100/50	190,1	100/50	190,1
с повидлом				
чай с варенье	200	40	200	40
Обед:				
Каша гречневая	80	7,2	80	7,2
Суп гороховый	250	163,75	300	198,9
Тыква тушенная	50/125	267,77	50/150	320,6
Квашеная капуста	200	88,2	200	88,2
Хлеб пшеничный	19/63	184,55	19/63	184,55
Полдник:				
Чай с сахаром	200	40		
печенье	20	82,9		
		1069,47		1032,55

