



Утверждаю

Директор ЗОШ №21 С.И. Карасиков А.Н.

Меню на 10 сентября 2021 г.

Завтрак:	7-11 лет		11-18 лет	
	вес	к/кал	вес	к/кал
Каша рисовая молочная	200	183,4	200	289,80
Сыр с маслом	200	40	200	40
Яблоко печеное	40	165	40	165
Машино сметанное	40	697,72	40	697,72
Обед:				
Каша кукурузная	60	7,2	60	7,2
Суп куриный с овощами	250	286,18	250	350,74
Картофель запеченный	80	190	80	190
Яблоко печеное	150	202,86	150	202,86
Салат с овощами	200	40	200	40
Яблоко печеное	100	184,57	100	184,57
Полдник:				
Салат с капустой	200	40		
Яблоко	20	62,9		