

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ № 6»
О.П.Казанцева

МЕНЮ
«13» января 2026

Завтрак:

1.	суп мясной с картофелем и зеленью	150/175	гр	132,84	ккал
2.	салат с огурцом	10/30/15/40	гр	86/69,6	ккал
3.	чай с лимоном	165/180	гр	107	ккал
4.			гр		ккал

Второй завтрак:

1.	яблоко	100	гр	44	ккал
----	--------	-----	----	----	------

Обед:

1.	борщ со сметаной	150/180	гр	73,8	ккал
2.	рыба треска вареная	60/80	гр	125,71	ккал
3.	рис отваренный	110/130	гр	143,42	ккал
4.	компот	150/180	гр	111,24	ккал
5.	чай	40/60	гр	121,8	ккал
6.			гр		ккал

Полдник:

1.	творог с вареньем	50/70	гр	87,2	ккал
2.	чай с лимоном	150/180	гр	107	ккал
3.			гр		ккал
4.			гр		ккал