

## Завтрак



## Второй завтрак



## Обед



## Полдник



## Ужин



## Второй ужин



**МЕНЮ**  
**На 12 июня 2022 г**

День	Перечень блюд	Масса порции гр		Масса порции гр	
		Эн/ккал	С 11-18 лет	Эн/ккал	С 11-18 лет
12	<b>Завтрак</b>				
14	Масло (порциями)	10 / 66,00	10 / 66,00	10 / 66,00	
210	Омлет натуральный с маслом сливочным	90/5, 176,90	120/5,232,70	150/5,268,50	
378	Чай с молоком	150/50/15/ 87,0	150/50/15/ 87,0	150/50/15/ 87,0	
гп	Хлеб пшеничный	30/63,00	50/106,00	50/106,00	
	<b>Второй завтрак</b>				
гп	Сок из фруктов (или овощей)	200/ 113,0	200/ 113,0	200/ 113,0	
гп	Фрукт (апельсин)	100/	100	100	
	<b>Обед</b>				
45	Салат из белокочанной капусты с морковью и кукурузой (горошком консервированным)	50/ 48,25	70/ 67,55	100/ 96,20	
113	Суп лапша	200/5, 92,00	250/5,115,00	300/5,138,00	
264	Говядина тушёная в сметане	50/50 152,40	50/50 152,40	70/50 213,96	
312	Пюре картофельное	130/ 120,12	150/138,60	200/188,80	
349	Компот из смеси сухофруктов	200/ 87,60	200/ 87,60	200/ 87,60	
гп	Хлеб пшеничный	30/63,00	50/106,00	50/106,00	
гп	Хлеб ржано-пшеничный	30/ 83,00	50 /90,00	50 /90,00	
	<b>Полдник</b>				
гп	Вафли	20/ 106,00	20/ 106,00	20/ 106,00	
349	Компот из смеси сухофруктов	200/ 87,60	200/ 87,60	200/ 87,60	
	<b>Ужин</b>				
252	Колбаса запеченная или припущенная	70/170,52	100/ 243,60	100/ 243,60	
321	Капуста тушёная	130/ 112,19	150/129,45	200/172,80	
376	Чай с сахаром	200/15 80,00	200/15 80,00	200/15 80,00	
гп	Хлеб пшеничный	30/63,00	50/106,00	50/106,00	
	<b>Второй ужин</b>				
349	Йогурт	200/ 158,00	200/ 158,00	200/ 158,00	

Спец. по соц. работе  
 Повар

Борисенкова Т.Л.  
 Коровина Г.Н.



Приятного аппетита!