

## Завтрак



## Второй завтрак



## Обед



## Полдник



## Ужин



## Второй ужин



| МЕНЮ                  |   |  |   |  |
|-----------------------|---|--|---|--|
| На 13 июля 2022 г     |   |  |   |  |
| 13                    | Перечень блюд                           | Масса порции гр<br>200 ккал<br>С 3 - 6 лет | Масса порции гр<br>200 ккал<br>С 7-11 лет | Масса порции гр<br>200 ккал<br>С 11-18 лет |
| <b>Завтрак</b>        |   |  |   |  |
| 14                    | Масло (порциями)                        | 10 / 66,00                                 | 10 / 66,00                                | 10 / 66,00                                 |
| 219                   | Сырники из творога со сгущенным молоком | 100/15, 187,00                             | 120/15, 224,40                            | 150/15, 285,50                             |
| 382                   | Какао с молоком                         | 200/ 157,30                                | 200/ 157,30                               | 200/ 157,30                                |
| гп                    | Хлеб пшеничный                          | 30/63,60                                   | 50/106,00                                 | 50/106,00                                  |
| <b>Второй завтрак</b> |   |  |   |  |
| гп                    | Сок из фруктов (или овощей)             | 100 / 56,50                                | 200 / 113,00                              | 200 / 113,00                               |
| гп                    | Фрукт (банан)                           | 100 / 90,00                                | 100 / 90,00                               | 100 / 90,00                                |
| <b>Обед</b>           |   |  |   |  |
| 63                    | Салат из моркови с яблоком              | 50/ 27,50                                  | 70/ 38,50                                 | 100/ 55,00                                 |
| 88                    | Щи из свежей капусты с картофелем       | 200/ 77,92                                 | 250/ 97,40                                | 300/ 126,90                                |
| 271                   | Котлета домашняя рубленая               | 70 /193,03                                 | 100/ 275,75                               | 100/ 275,75                                |
| 142                   | Картофель и овощи тушеные в соусе       | 130/25, 221,51                             | 150/25, 265,05                            | 200/25, 340,78                             |
| 349                   | Компот из смеси сухофруктов             | 200/ 87,60                                 | 200/ 87,60                                | 200/ 87,60                                 |
| гп                    | Хлеб пшеничный                          | 30/63,60                                   | 50/106,00                                 | 50/106,00                                  |
| гп                    | Хлеб ржано-пшеничный                    | 30/ 53,00                                  | 50 / 88,00                                | 50 / 88,00                                 |
| <b>Полдник</b>        |   |  |   |  |
| гп                    | Печенье сладкое                         | 25/ 111,00                                 | 25/ 111,00                                | 25/ 111,00                                 |
| 376                   | Чай с сахаром                           | 200/15 60,00                               | 200/15 60,00                              | 200/15 60,00                               |
| <b>Ужин</b>           |   |  |   |  |
| 292                   | Птица тушеная в соусе с овощами         | 50/50, 168,00                              | 70/50, 201,60                             | 90/50, 201,60                              |
| 143                   | Рагу из овощей                          | 130/ 154,70                                | 150/ 178,50                               | 200 / 238,00                               |
| гп                    | Хлеб пшеничный                          | 30/63,60                                   | 50/106,00                                 | 50/106,00                                  |
| 376                   | Чай с сахаром                           | 200/15 60,00                               | 200/15 60,00                              | 200/15 60,00                               |
| <b>Второй ужин</b>    |   |  |   |  |
| гп                    | Йогурт                                  | 200 / 158,00                               | 200 / 158,00                              | 200 / 158,00                               |

Спец. по соц. работе  
Повар *Ильина*

Борисенкова Т.Л.  
Цыба Л.А.



Приятного аппетита!