

## Завтрак



## Полдник



## Второй завтрак



## Ужин



## Обед



## Второй ужин



**МЕНЮ**  
**На 26 октября 2022г**

День	Перечень блюд	Масса порции гр Эквивалент С 11-19 лет	Масса порции гр Эквивалент С 7-11 лет	Масса порции гр Эквивалент С 11-19 лет
6	<b>Завтрак</b>			
14	Масло. Сыр (порциями)	10 / 66,00	10 / 66,00	10 / 66,00
120	Омлет натуральный с маслом сливочным	90/5, 97,20	120/5, 129,60	150/5, 162,00
гп	Хлеб пшеничный	30/ 63,60	50/ 106,0	50/ 106,0
382	Чай с молоком	200/ 157,30	200/ 157,30	200/ 157,30
	<b>Второй завтрак</b>			
гп				
гп	Фрукт	100/57,50	100/57,50	100/57,50
	<b>Обед</b>			
67	Винегрет овощной	50 / 71,85	70 / 100,59	100/ 143,70
88	Щи со свежей капустой	200/ 77,92	250/ 97,40	300/ 116,90
268	Котлеты, биточки, шницели	70/ 129,40	100/ 172,00	100/ 172,00
143	Рагу из овощей	130/ 154,70	150/ 178,50	200/ 238,00
гп	Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	30/ 63,60	50/ 106,0	50/ 106,0
гп	Хлеб ржано-пшеничный	25/ 53,00	40 / 90,00	60 / 90,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200/ 87,60	200/ 87,60	200/ 87,60
	<b>Полдник</b>			
гп	Печенье сладкое	30/111,00	30/111,00	30/111,00
гп	Нектар из фруктов (или овощей)	100/ 56,50	200/ 113,00	200/ 113,00
	<b>Ужин</b>			
228	Рыба припущенная в молоке	70/ 118,30	100/ 169,00	100/ 169,00
145	Картофель тушеный с луком. Соус сметанный (при подаче)	130/ 183,30	150/ 211,50	200/ 282,0
гп	Хлеб пшеничный	30/ 63,60	50/ 106,0	50/ 106,0
376	Чай с сахаром	200/15 60,00	200/15 60,00	200/15 60,00
гп	Хлеб ржано-пшеничный	25/ 53,00	40 / 90,00	60 / 90,00
	<b>Второй ужин</b>			
гп	Йогурт	200/ 158,00	200/ 158,00	200/ 158,00

Спец. по соц. работе  
Повар

Борисенкова Т.Л.  
Цыба Л.А.



Приятного аппетита!