

*Завтрак*



*Полдник*



*Второй завтрак*



*Ужин*



*Обед*



*Второй ужин*



**МЕНЮ**  
**На 16 октября 2022 г**

День	Перечень блюд	Масса порции гр	Масса порции гр	Масса порции гр
		Эн/с, ккал С 1-6 лет	Эн/с, ккал С 7-11 лет	Эн/с, ккал С 11-18 лет
<b>Завтрак</b>				
14	Масло (порциями)	10 / 66,00	10 / 66,00	10 / 66,00
120	Каша жидкая молочная из манной крупы	200/10, 232,91	220/10, 256,20	250/10, 291,14
гп	Хлеб пшеничный	30/63,60	50/106,00	50/106,00
382	Какао с молоком	200/ 157,30	200/ 157,30	200/ 157,30
<b>Второй завтрак</b>				
гп	Сок из фруктов (или овощей)	100 /56,50	200 /113,00	200 /113,00
гп	Фрукт	100 / 42,80	185 / 77,70	185 / 77,70
<b>Обед</b>				
63	Салат из моркови с курагой	50/ 48,25	70/ 67,55	100/ 96,50
95	Рассольник домашний	200/ 96,80	250/ 121,00	300/ 145,20
259	Жаркое по- домашнему из говядины	50 / 75 223,00	60/140 286,80	60/200 372,58
гп	Хлеб пшеничный	30/63,60	50/106,00	50/106,00
гп	Хлеб ржано-пшеничный	25/ 53,00	40 /90,00	60 /108,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200/ 87,60	200/ 87,60	200/ 87,60
<b>Полдник</b>				
гп	Ватрушка с джемом	50 / 133,20	50 / 133,20	50 / 133,20
342	Кисель	200/ 87,60	200/ 87,60	200/ 87,60
<b>Ужин</b>				
228	Рыба припущенная в молоке	70/ 118,30	100/ 169,00	100/ 169,00
305	Рис припущенный	130/ 185,90	150/ 214,50	200/ 286,00
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
гп	Хлеб ржано-пшеничный	25/ 53,00	40 /90,00	60 /108,00
<b>Второй ужин</b>				
385	Йогурт	200/ 122,00	200/ 122,00	200/ 122,00

Спец. по соц. работе *С.М.* Борисенкова Т.Л.  
 Повар *Г.Н.* Коровина Г.Н.



*Приятного аппетита!*