

Завтрак



Второй завтрак



Обед



Полдник



Ужин



Второй ужин



МЕНЮ На 10 ноября 2022 г

День 7	Перечень блюд	Масса порции гр		Энерг. ценность ккал	
		Эн. ккал С 1-9 лет	Эн. ккал С 10-18 лет	Эн. ккал С 19-30 лет	Эн. ккал С 31-60 лет
№ СР	Завтрак				
14	Масло (порциями)Яйцо варёное	10 / 66,00	10 / 66,00	10 / 66,00	
209	Яйцо варёное	80 / 126,00	80 / 126,00	80 / 126,00	
220	Сырники из творога	100/	120/ 235,70	150 / 294,60	
гп	Молоко сгущённое	20 / 64,30	20 / 64,30	20 / 64,30	
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	
	Второй завтрак				
гп	Фрукт	100/ 96,00	100/ 96,00	100/ 96,00	
	Обед				
49	Салат из свёклы с курагой	50 / 102,00	70 / 142,80	100 / 204,00	
101	Суп картофельный с крупой и варёной колбасой	200/ 130,40	250/ 163,00	300/ 195,60	
234	Котлеты рыбные	70/71,96	100/ 104,22	100/ 104,22	
312	Пюре картофельное	130 / 120,12	150/ 138,60	200 / 184,80	
331	Соус сметанный	30 / 21,66	30 / 21,66	30 / 21,66	
гп	Хлеб пшеничный	20/ 63,60	50/ 106,00	70/ 106,00	
гп	Хлеб ржано-пшеничный	25/ 53,00	40 / 90,00	60 / 90,00	
342	Компот из свежих яблок	200 / 116,80	200 / 116,80	200 / 116,80	
	Полдник				
399	Блинчики со сгущённым молоком (при подаче)	50/20, 131,00	50/20, 131,00	50/20, 131,00	
376	Чай с сахаром.	200/15 60,00	200/15 60,00	200/15 60,00	
	Ужин				
268	Сосиски отварные	70 / 51,01	100/ 72,88	100/ 72,88	
265	Рис с овощами	130/ 193,18	150/ 222,90	200/ 297,20	
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	
гп	Хлеб пшеничный	30/63,60	50/106,00	70/106,00	
	Второй ужин				
гп	Йогурт	200 / 158,00	200 / 158,00	200 / 158,00	

Спец. по соц. работе
Повар

Зюч

Борисенкова Т.Л.
Макарова Н.В.



Приятного аппетита!