

## Завтрак



## Полдник



## Второй завтрак



## Ужин



## Обед



## Второй ужин



**МЕНЮ**  
На 16 февраля 2023 г

День	Перечень блюд	Масса порции гр.	Масса порции гр.	Масса порции гр.
		Энерг. ценность ккал	Энерг. ценность ккал	Энерг. ценность ккал
3		С 11-18 лет	С 11-18 лет	С 11-18 лет
	<b>Завтрак</b>			
	Бутерброд с маслом	15 /	20 /	30 /
	Фрукт	50 /	80 /	80 /
	Каша пшеничная жидкая с маслом	180 /	230 /	230 /
	Какао с молоком	200 /	200 /	200 /
	Хлеб пшеничный	0	0	50 /
	<b>Второй завтрак</b>			
	<b>Фрукт</b>	120 /	200 /	200 /
	<b>Обед</b>			
	Салат из белокочанной капусты с морковью	60 /	80 /	100 /
	Суп с рыбными фрикадельками	200 /	250 /	250 /
	Гуляш	70 /	100 /	100 /
	Макароны отварные, на подгарнир кукуруза консервированная	130 / 20	180 / 20	180 / 20
	Хлеб пшеничный	40 /	50 /	60 /
	Хлеб ржаной	40 /	50 /	60 /
	Кисель из концентрата	200 /	200 /	200 /
	<b>Полдник</b>			
	Сдоба промышленного производства	50 /	50 /	50
	Нектар из фруктов или овощей	100 /	180 /	180 /
	<b>Ужин</b>			
	Огурцы свежие	60 /	80 /	100 /
	Плов из мяса	200 /	240 /	300 /
	Хлеб ржаной	10 /	20 /	20 /
	Чай с молоком сгущенным	180 /	200 /	200 /
	Печенье	10 /	10 /	10 /
	<b>Второй ужин</b>			
	Йогурт	180 /	200 /	200 /
	Вафли	10 /	20 /	20 /

Спец. по соц. работе  
Повар *Борисенкова Т.Л.*  
Борисенкова Т.Л.  
Корокина Г.Н.



Приятного аппетита!