

## Завтрак



## Полдник



## Второй завтрак



## Ужин



## Обед



## Второй ужин



МЕНЮ				
На 19 февраля 2023г				
День	Перечень блюд	Масса порции гр	Масса порции гр	Масса порции гр
6		Эн/к ккал	Эн/к ккал	Эн/к ккал
№ СР	С. 11 - 18 лет	С. 11 - 18 лет	С. 11 - 18 лет	С. 11 - 18 лет
<b>Завтрак</b>				
	Бутерброд с маслом	15/5	20/10	30 /15
	Запеканка из творога с изюмом и молоком сгущённым	150/	170/	200/
	Чай с сахаром	200/	200/	200/
	<b>Фрукт</b>	120/	120/	120/
<b>Второй завтрак</b>				
	Нектар из фруктов (или овощей)	100/	200/	200/
<b>Обед</b>				
	Салат из огурцов с зелёным горошком	60/	80/	100/
	Суп – лапша	200/10	250/30	250/30
	Плов из мяса	200/	240/	250/
	Кисель из концентрата	200/	200/	200/
	Хлеб пшеничный	20/	40/	60/
	Хлеб ржаной	20/	40/	60/
<b>Полдник</b>				
	Сдоба промышленного производства	50/	50/	50/
	Молоко кипячёное	200/	200/	200/
<b>Ужин</b>				
	Овощи солёные	30/	40/	40/
	Зразы рубленные	70/	90/	120/
	Рагу из овощей	130/	150/	180/
	Чай с молоком сгущённым	200/	200/	200/
	Хлеб ржаной	10/	20/	20/
<b>Второй ужин</b>				
	Йогурт	180/	180/	200/
	Вафля	10/	20/	20/

Спец. по соц. работе  
Повар

Борисенкова Т.Л.  
Цыба Л.А.



Приятного аппетита!