

Завтрак



Полдник



Второй завтрак



Ужин



Обед



Второй ужин



МЕНЮ
На 04 февраля 2023 г

День 5 дн СР	Перечень блюд	Масса порции гр	Масса порции гр	Масса порции гр
		Эн. кал С 1 - 6 лет	Эн. кал С 7-11 лет	Эн. кал С 11 - 18 лет
Завтрак				
	Бутерброд с маслом	15/5	20/10	40 /15
	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом	180	230/	230/
	Яйцо отварное	1/40гр	1/40гр	1/40гр
	Чай с молоком	200	200	200
Второй завтрак				
	Фрукт	120/	200/	200/
Обед				
	Салат из отварной свёклы	60	80	100
	Суп - пюре из разных овощей с гречками	200/20	250/20	250/20
	Рыба тушёная с овощами	70/50	100/50	120/50
	Картофель припущенный с зеленью	130/	180/	180/
	Компот из смеси сухофруктов	180/	200/	200/
	Хлеб пшеничный	40	50/	60/
	Хлеб ржаной	40	50/	60/
Полдник				
	Нектар из фруктов (или овощей)	200/	200/	
	Блинчики с молоком сгущённым	50/20	100/20	200/
Ужин				
	Салат рыбный	60/	80/	
	Шницель из говядины	70/	90/	100/
	Капуста тушёная в сметане	130/	150/	120/
	Чай с сахаром	200/	200/	200/
	Хлеб ржаной	10/	20/	20/
Второй ужин				
	Йогурт	180/	180/	
	Вафля	10/	20/	200/
				20/

Спец. по соц. работе
Повар

Борисенкова Т.Л.
Коровина Г.Н.



Приятного аппетита!