

Завтрак



Полдник



Второй завтрак



Ужин



Обед



Второй ужин



МЕНЮ

На 05 марта 2023г

Перечень блюд	Масса порции гр	Масса порции гр	Масса порции гр
	Энч. ккал С 7 - 9 лет	Энч. ккал С 11 - 13 лет	Энч. ккал С 14 - 18 лет
Завтрак			
Бутерброд с маслом	15/5	20/10	30 /15
Запеканка из творога с молоком сгущённым	150/	170/	200/
Чай с сахаром	200/	200/	200/
Фрукт	120/	120/	120/
Второй завтрак			
Нектар из фруктов (или овощей)	100/	200/	200/
Обед			
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/
Полдник			
Слоба промышленного производства	50/	50/	50/
Молоко кипячёное	200/	200/	200/
Ужин			
Овощи солёные	30/	40/	40/
Зразы рубленые	70/	90/	120/
Рагу из овощей	130/	150/	180/
Чай с молоком сгущённым	200/	200/	200/
Хлеб ржаной	10/	20/	20/
Второй ужин			
Йогурт	180/	180/	200/
Вафля	10/	20/	20/

Спец. по соц. работе
Повар

С.И.

Борисенкова Т.Л.
Коровина Г.Н.



Приятного аппетита!