

## Завтрак



## Полдник



## Второй завтрак



## Ужин



## Обед



## Второй ужин



| МЕНЮ               |  |                 |                  |                  |
|--------------------|--|-----------------|------------------|------------------|
| На 28 марта 2023 г |  |                 |                  |                  |
| День               | Перечень блюд                                      | Масса порции гр | Масса тарелки гр | Масса тарелки гр |
| 1                  |  | Экз. экз.       | Экз. экз.        | Экз. экз.        |
|                    | <b>Завтрак</b>                                     |                 |                  |                  |
|                    | Бутерброд с сыром                                  | 20/10           | 40/20            | 40/25            |
|                    | Каша манная молочная жидкая с маслом               | 180/            | 230/             | 230/             |
|                    | Кофейный напиток                                   | 200/            | 200/             | 200/             |
|                    | <b>Второй завтрак</b>                              |                 |                  |                  |
|                    | Фрукт  | 120/            | 200 /            | 200 /            |
|                    | <b>Обед</b>  |                 |                  |                  |
|                    | Салат из огурцов с маслом                          | 60/             | 80/              | 100/             |
|                    | Суп гороховый с гренками                           | 200/20          | 250/20           | 250/20           |
|                    | Вершинки рыбные                                    | 70/             | 120/             | 120/             |
|                    | Пюре картофельное                                  | 130/            | 180/             | 180/             |
|                    | Компот из кураги                                   | 180/            | 200/             | 200/             |
|                    | Хлеб пшеничный                                     | 0               | 20/              | 60/              |
|                    | Хлеб ржаной  | 40/             | 40/              | 60/              |
|                    | <b>Полдник</b>                                     |                 |                  |                  |
|                    | Печенье сладкое                                    | 50/             | 50/              | 50/              |
|                    | Нектар из фруктов (или овощей)                     | 200/            | 200/             | 200/             |
|                    | Фрукт  | 0               | 100/             | 100/             |
|                    | <b>Ужин</b>  |                 |                  |                  |
|                    | Салат из свёклы отварной                           | 60/             | 80/              | 100/             |
|                    | Фрикадельки из мяса паровые с соусом ( при подаче) | 70/30           | 90/50            | 100/50           |
|                    | Каша гречневая вязкая                              | 130/            | 150/             | 180/             |
|                    | Чай с сахаром.                                     | 180/            | 200/             | 200/             |
|                    | Хлеб пшеничный                                     | 20/             | 20/              | 20/              |
|                    | Хлеб ржаной  | 0               | 0                | 20/              |
|                    | <b>Второй ужин</b>                                 |                 |                  |                  |
|                    | Йогурт   | 180/            | 200/             | 200/             |
|                    | ВАФЛЯ  | 10/             | 20/              | 20/              |

Спец. по соц. работе  
Повар

*Ю*  
*А.С.*

Борисенкова Т.Л.  
Коровина Г.Н.



Приятного аппетита!