

Завтрак



Полдник



Второй завтрак



Ужин



Обед



Второй ужин



МЕНЮ
На 22 апреля 2023 г

День 12	Перечень блюд	Масса порции гр	Масса порции гр	Масса порции гр
		Энерг. ккал С 11-0 лет	Энерг. ккал С 11 лет	Энерг. ккал С 11-18 лет
Завтрак				
	Бутерброд с сыром	20 /10	30 /15	30 /30
	Каша пшеничная жидкая молочная	200/	230 /	250 /
	Кофейный напиток	180/	200	200
	ПЕЧЕНЬЕ	25 /	25 /	40 /
Второй завтрак				
	Фрукт	120/	200	200
Обед				
	Салат из свёклы с зеленым горошком «Бурячок»	60/	80/	100/
	Рассольник со сметаной	200/5	250/5	300/5
	Рыба запечённая	70/	120/	120/
	Пюре картофельное	130/	180/	180/
	Компот из смеси сухофруктов	180/	180/	200/
	Хлеб пшеничный	30/	60/	60/
	Хлеб ржано-пшеничный	40/	40/	60/
Полдник				
	Сок из фруктов (или овощей)	200/	200/	200/
	Булочка пром производства	50 /	50 /	50 /
	Фрукт	0	50/	100/
Ужин				
		0	0	0
	Тефтели рубленые из мяса с соусом	70/30	90/50	100/50
	Каша гречневая вязкая	130/	150/	180/
	Чай с сахаром	200/	200/	200/
	Хлеб пшеничный	10/	20/	20/
	Хлеб ржаной	20/	20/	20/
Второй ужин				
	Йогурт	180/	200/	200/
	ВАФЛЯ	10/	20/	20/

Спец. по соц. работе
Повар

Борисенкова Т.Л.
Коровина Г.Н.



Приятного аппетита!