

## Завтрак



## Полдник



## Второй завтрак



## Ужин



## Обед



## Второй ужин



На 05 мая 2023г

| День        | Перечень блюд                         | Масса порции, гр       | Масса порции, гр      | Масса порции, гр         |
|-------------|---------------------------------------|------------------------|-----------------------|--------------------------|
|             |                                       | Эн/квал<br>С 1 - 6 лет | Эн/квал<br>С 7-11 лет | Эн/квал<br>С 11 - 18 лет |
| 11          | <b>Завтрак</b>                        |                        |                       |                          |
|             | Бутерброд с маслом                    | 15 /                   | 20 /                  | 30 /                     |
|             | Омлет натуральный.                    | 200/                   | 200/                  | 200 /                    |
|             | Какао с молоком                       | 180/                   | 200/                  | 200/                     |
|             | Хлеб пшеничный                        | 0                      | 20 /                  | 20 /                     |
| Хлеб ржаной | 0                                     | 0                      | 40                    |                          |
|             | <b>Второй завтрак</b>                 |                        |                       |                          |
|             | Сок из фруктов (или овощей)           | 200/ 113,0             | 200/ 113,0            | 200/ 113,0               |
|             | <b>Обед</b>                           |                        |                       |                          |
|             | Салат из отварной моркови с яйцом     | 60                     | 80                    | 100                      |
|             | Щи по - уральски с крупой со сметаной | 200 / 5                | 250 / 5               | 250 / 5                  |
|             | Биточки из птицы запечённые           | 70/                    | 90/                   | 120/                     |
|             | Овощи тушёные в сливочном соусе       | 150/                   | 150/                  | 180 /                    |
|             | Компот из свежих яблок                | 200/                   | 200/                  | 200/                     |
|             | Хлеб пшеничный                        | 40                     | 60                    | 60                       |
|             | Хлеб ржаной                           | 40                     | 60                    | 80                       |
|             | <b>Полдник</b>                        |                        |                       |                          |
|             | Печенье воздушное                     | 50 /                   | 100 /                 | 150 /                    |
|             | Йогурт                                | 200/                   | 200/                  | 200/                     |
|             | <b>Ужин</b>                           |                        |                       |                          |
|             | Овощи солёные                         | 30                     | 40                    | 40                       |
|             | Запеканка картофельная с мясом        | 200 /                  | 250 /                 | 300 /                    |
|             | Чай со сгущённым молоком              | 180 /                  | 200/                  | 200/                     |
|             | Хлеб пшеничный                        | 10                     | 20                    | 40                       |
|             | Хлеб ржаной                           | 0                      | 0                     | 20                       |
|             | <b>Второй ужин</b>                    |                        |                       |                          |
|             | ЙОГУРТ                                | 200/                   | 200/                  | 200/                     |
|             | ВАФЛЯ                                 | 10                     | 20                    | 20                       |

Спец. по соц. работе  
Повар

*С.М.*

Борисенкова Т.Л.  
Макарова Н.В.



Приятного аппетита!