

Завтрак



Полдник



Второй завтрак



Ужин



Обед



Второй ужин



МЕНЮ На 28 июня 2023 г

День	Перечень блюд	Масса порции гр	Масса порции гр	Масса порции гр
		Эн. кал С 100 г продукта	Эн. кал С 100 г продукта	Эн. кал С 100 г продукта
9	Завтрак			
	Бутерброд с сыром	20 /	30/	30/
	Пудинг из творога. Конфета шоколадные	150/ 15	170/ 15	200/ 15
	Кофейный напиток	200/	200/	200/
	Фрукт	50/	100 /	100 /
	Второй завтрак			
	Сок из фруктов (или овощей)	100 /	200 /	200 /
	Обед			
	Салат «Любительский»	60 /	80 /	100/
	Борщ из свежей капусты со сметаной	200/	250/	250/
Говядина тушёная в соусе	80 / 50	120/50	100/50	
Макаронные изделия	130/	150/	180 /	
Хлеб пшеничный	20	40	40	
Хлеб ржаной	40	40	80	
Компот из кураги	180 /	200/	200/	
Полдник				
Компот из смеси сухофруктов	200/	200/	200/	
Шарлотка яблочная	70/	70/	100 /	
Ужин				
Салат из свежих овощей	60/	80/	100/	
Шницель рыбный натуральный рубленый с маслом	80/	100/	120/	
Пюре картофельное	130/	180/	180/	
Хлеб пшеничный	10	20	20	
Хлеб ржаной	10	20	40	
Чай с сахаром	180/	200/	200/	
Поздний ужин				
Йогурт	250/	250/	250/	
Вафля	10 /	20 /	20 /	

Спец. по соц. работе
Повар

204

Борисенкова Т.Л.
Макарова Н.В.



Приятного аппетита!