

## Завтрак



## Полдник



## Второй завтрак



## Ужин



## Обед



## Второй ужин



## МЕНЮ На 14 июля 2023г

День И	Перечень блюд	Масса порции гр.	Масса порции гр.	Масса порции гр.
		Энч. ккал С 3-6 лет	Энч. ккал С 7-13 лет	Энч. ккал С 14-18 лет
	<b>Завтрак</b>			
		/	0 /	0 /
	Омлет натуральный. Кукуруза (подгарнир)	200/	200/	200 /
	Какао с молоком	180/	200/	200/
	Хлеб пшеничный	0	20 /	20 /
	Хлеб ржаной	0	0	40
	<b>Второй завтрак</b>			
	Фрукт	100	200/ 113,0	200/ 113,0
	<b>Обед</b>			
	Салат из отварной моркови с огурцами и 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 /
	Компот из смеси сухофруктов	200/	200/	200/
	<b>Ужин</b>			
	Овощи солёные	30	40	40
	Залёпанка картофельная с мясом	200 /	250 /	300 /
	Чай со стужённым 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

Борисенкова Т.Л.  
Цыба Л.А.



Приятного аппетита!