

## Завтрак



## Второй завтрак



## Обед



## Полдник



## Ужин



## Второй ужин



## МЕНЮ На 22 сентября 2023 г

День 12	Перечень блюд	Масса порции гр		
		Энерг. кал. С 7-9 лет	Энерг. кал. С 11-18 лет	
<b>Завтрак</b>				
	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 /
<b>Второй завтрак</b>				
	Фрукт	120/	200	200
<b>Обед</b>				
	Салат из свёклы «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 ржаной	40/	40/	60/
<b>Полдник</b>				
	Сок из фруктов (или овощей)	200/	200/	200/
	Булочное изделие	50 /	50 /	50 /
	Фрукт	0	50/	100/
<b>Ужин</b>				
	Салат из свежих помидоров	60	80	100
	Тефтели рубленные 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/
<b>Второй ужин</b>				
	ЙОГУРТ	180/	200/	200/
	ВАФЛЯ	10/	20/	20/

Спец. по соц. работе  
Повар

Борисенкова Т.Л.  
Макарова Н.В.



Приятного аппетита!