

Завтрак



Полдник



Второй завтрак



Ужин



Обед



Второй ужин



МЕНЮ На 06 октября 2023 г

День 12	Перечень блюд	Масса порции гр	Масса порции гр	Масса порции гр
		Энерг. ценность ккал	Энерг. ценность ккал	Энерг. ценность ккал
	Завтрак			
	Бутерброд с сыром	20 /10	30 /15	30 /30
	Каша пшениная жидкая молочная	200/	230 /	250 /
	Кофейный напиток	180/	200	200
	ПЕЧЕНЬЕ	25 /	25 /	40 /
	Второй завтрак			
	Фрукт	120/	200	200
	Обед			
	Салат из свёклы «Бурячёк»	60/	80/	100/
	Рассольник со сметаной	200/5	250/5	300/5
	Рыба запечённая	120/	120/	120/
	Пюре картофельное	130/	180/	180/
	Компот из смеси сухофруктов	180/	180/	200/
	Хлеб пшеничный	30/	60/	60/
	Хлеб ржаной	40/	40/	60/
	Полдник			
	Сок из фруктов (или овощей)	200/	200/	200/
	Булочное изделие	50 /	50 /	50 /
	Фрукт	0	50/	100/
	Ужин			
	Салат из свежих помидоров	60	80	100
	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!