

## Завтрак



## Полдник



## Второй завтрак



## Ужин



## Обед



## Второй ужин



| МЕНЮ                  |                                       |                   |                    |                     |
|-----------------------|---------------------------------------|-------------------|--------------------|---------------------|
| На 10 октября 2023 г  |                                       |                   |                    |                     |
| День                  | Перечень блюд                         | Масса порции гр   | Масса порции гр    | Масса порции гр     |
| 2                     |                                       | для детей 6-7 лет | для детей 8-11 лет | для детей 12-18 лет |
| <b>Завтрак</b>        |                                       |                   |                    |                     |
|                       | Бутерброд горячий с сыром и помидором | 50/               | 85/                | 100/                |
|                       | Суфле творожное со сладкой газурью    | 150/              | 180/               | 200/                |
|                       | Чай со стужённым молоком              | 200/              | 200/               | 200/                |
|                       | Фрукт                                 | 0                 | 50/                | 50/                 |
| <b>Второй завтрак</b> |                                       |                   |                    |                     |
|                       | Сок из фруктов (или овощей)           | 100/              | 200/               | 200/                |
| <b>Обед</b>           |                                       |                   |                    |                     |
|                       | Помидоры свежие                       | 50/               | 80/                | 100/                |
|                       | Суп крестьянский с крупой и сметаной  | 200/5             | 250/5              | 250/5               |
|                       | <i>Оладьи из пшеницы</i>              | 70/               | 100/               | 100/                |
|                       | Картофель толчёный по деревенски      | 130/              | 180/               | 180/                |
|                       | Компот из свежих яблок                | 180/              | 180/               | 200/                |
|                       | Хлеб пшеничный                        | 40/               | 50/                | 60/                 |
|                       | Хлеб ржаной                           | 40/               | 60/                | 60/                 |
| <b>Полдник</b>        |                                       |                   |                    |                     |
|                       | Пирог морковный                       | 80/               | 100/               | 150/                |
|                       | Молоко кипячёное                      | 180/              | 180/               | 200/                |
| <b>Ужин</b>           |                                       |                   |                    |                     |
|                       | Салат из свёклы с сыром               | 50/               | 80/                | 100/                |
|                       | Мясо тушёное с соусом сметанным       | 70/               | 100/               | 120/                |
|                       | Рис припущенный                       | 130/              | 150/               | 180/                |
|                       | Чай с сахаром                         | 200/              | 200/               | 200/                |
|                       | Хлеб пшеничный                        | 0                 | 20/                | 20/                 |
|                       | Хлеб ржаной                           | 10                | 0                  | 20/                 |
| <b>Второй ужин</b>    |                                       |                   |                    |                     |
|                       | Йогурт                                | 180/              | 180/               | 200/                |
|                       | ВАФЛЯ                                 | 10/               | 20/                | 20/                 |

Спец. по соц. работе  
Повар

Борисенкова Т.Л.  
Макарова Н.В.



Приятного аппетита!