

## Завтрак



## Второй завтрак



## Обед



## Полдник



## Ужин



## Второй ужин



МЕНЮ				
На 11 октября 2023 г				
День	Перечень блюд	Масса порции гр без масла С 11-18 лет	Масса порции гр без масла С 11-18 лет	Масса порции гр без масла С 11-18 лет
3	<b>Завтрак</b>			
	Бутерброд с маслом	15 /	20 /	30 /
	<b>ФРУКТ</b>	50 /	80 /	80 /
	Каша пшеничная жидкая с маслом	180 /	230 /	230 /
	Какао с молоком	200 /	200 /	200 /
	Хлеб пшеничный	0	0	50 /
	<b>Второй завтрак</b>			
	<b>ФРУКТ</b>	120 /	200 /	200 /
	<b>Обед</b>			
	Салат из белокочанной капусты	60 /	80 /	100 /
	Суп с рыбными фрикадельками	200 /	250 /	250 /
	Гуляш	70 /	100 /	100 /
	Макаронные изделия отварные Кукуруза консервированная (подгарнир)	130 / 20	180 / 20	180 / 20
	Хлеб пшеничный	40 /	50 /	60 /
	Хлеб ржаной	40 /	50 /	60 /
	Кисель из концентрата	200 /	200 /	200 /
	<b>Полдник</b>			
	Булочка промышленного производства	50 /	50 /	50
	Сок из фруктов (или овощей)	200 /	200 /	250 /
	<b>Ужин</b>			
	Огурец свежий	60 /	80 /	100 /
	Плов из мяса	200 /	240 /	300 /
	Хлеб ржаной	10 /	20 /	20 /
	Чай с молоком сгущённым	180 /	200 /	200 /
	Конфета шоколадная	10 /	10 /	10 /
	<b>Второй ужин</b>			
	Йогурт	180 /	200 /	200 /
	Вафля	10 /	20 /	20 /

Повар  
Спец. по соц. работе

Макарова Н.В.  
Борисенкова Т.Д.



Приятного аппетита!