

Завтрак



Второй завтрак



Обед



Полдник



Ужин



Второй ужин



МЕНЮ На 16 октября 2023 г

| День 8 № СР | Перечень блюд | Масса порции, гр | Масса порции, гр | Масса порции, гр |
|-----------------------|---|--------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|
| | | Энерг. ценность С 1 - 6 лет | Энерг. ценность С 7 - 11 лет | Энерг. ценность С 11 - 18 лет |
| Завтрак | | | | |
| | Бутерброд с джемом | 20/20 | 20/20 | 30/20 |
| | Каша «Геркулесовая» жидкая с маслом | 180/ | 230/ | 230/ |
| | Какао с молоком | 180/ | 200/ | 200/ |
| Второй завтрак | | | | |
| | Фрукт | 120/ | 200/ | 200/ |
| Обед | | | | |
| | Икра кабачковая | 40/ | 80/ | 100/ |
| | Суп картофельный мясными фрикадельками | 200/10 | 250/10 | 250/10 |
| | Плов из мяса | 200/ | 240 / | 250/ |
| | Компот из свежих яблок | 180/ | 180/ | 200/ |
| | Хлеб пшеничный | 40/ | 60/ | 60/ |
| | Хлеб ржаной | 40/ | 50 | 80/ |
| Полдник | | | | |
| | Булочное изделие промышленного производства | 50/ | 70/ | 100/ |
| | Сок из фруктов (или овощей) | 200/ | 200/ | 200/ |
| Ужин | | | | |
| | Салат из белокочанной капусты | 60/ | 80/ | 100/ |
| | Птица запечённая с картофелем в сметанном соусе | 210/ | 250/ | 300/ |
| | Чай с сахаром | 180/ | 200/ | 200/ |
| | Хлеб пшеничный | 10/ | 20/ | 20/ |
| | Хлеб ржаной | 10/ | 20 | 20/ |
| Второй ужин | | | | |
| гг | Йогурт Печенье | 180/ 10 | 0 | 0 |
| | Молоко кипячёное Печенье | 0 | 180 / 20 | 200 / 20 |

Спс. по соп.
Повар

М.И. М.И.

Борисникова Т.Л.
Макарова Н.В.



Приятного аппетита!