

## Завтрак



## Полдник



## Второй завтрак



## Ужин



## Обед



## Второй ужин



МЕНЮ				
На 28 октября 2023г				
День	Перечень блюд	Масса порции гр	Масса порции гр	Масса порции гр
№ СР		Энергетическая ценность С 1-6 лет	Энергетическая ценность С 7-11 лет	Энергетическая ценность С 11-18 лет
	<b>Завтрак</b>			
	Бутерброд с маслом	15/5	20/10	30 /15
	Яйцо варёное	1	1	1
	Чай с сахаром			
	Фрукт	120/	120/	120/
	<b>Второй завтрак</b>			
	Сок из фруктов (или овощей)	100/	200/	200/
	<b>Обед</b>			
	Салат из огурцов с зелёным горошком	60/	80/	1000/
	Суп лапша	200/10	250/30	250/30
	Плов из мяса	200/	240/	250/
	Компот из смеси сухофруктов	180/	200/	200/
	Хлеб пшеничный	20/	40/	60/
	Хлеб ржаной	20/	40/	60/
	<b>Полдник</b>			
	Булочное изделие промышленного производства	50/	50/	50/
	Молоко кипячёное	200/	200/	200/
	Фрукт			50
	<b>Ужин</b>			
	Зразы рубленые с сыром	70/	90/	120/
	Рагу из овощей	130/	150/	180/
	Соус томатный	55/	55/	55/
	Чай со сгущённым молоком	200/	200/	200/
	Хлеб ржаной	10/	20/	20/
	<b>Второй ужин</b>			
	ЙОГУРТ	180/	180/	200/
	Вафля	10/	20/	20/

Спец. по соц. Повар *Г.М. Ковалев*  
 Борисенкова Т.Л.  
 Коровина Г.Н.



Приятного аппетита!