

Завтрак



Полдник



Второй завтрак



Ужин



Обед



Второй ужин



МЕНЮ
На 16 ноября 2023г

День 11	Перечень блюд	Масса порции гр	Масса порции гр	Масса порции гр
		Экв. ккал С 1 - 6 лет	Экв. ккал С 7-11 лет	Экв. ккал С 11 - 18 лет
Завтрак				
	Бутерброд с маслом	15 /	20 /	30 /
	Омлет натуральный. Горошек консервированный (подгарнир)	200/	200/	200 /
	Какао с молоком	180/	200/	200/
	Хлеб пшеничный	0	20 /	20 /
	Хлеб ржаной	0	0	40
Второй завтрак				
	Сок из фруктов (или овощей)	200/	200/	200/
Обед				
	Салат из отварной моркови с огурцами и яйцом	60	80	100
	Щи по - уральски с крупой со сметаной	200 / 5	250 / 5	250 / 5
	Биточки из мяса запечённые	70/	90/	120/
	Овощи тушёные в сливочном соусе	150/	150/	180 /
	Компот из свежих яблок	200/	200/	200/
	Хлеб пшеничный	40	60	60
	Хлеб ржаной	40	60	80
Полдник				
	Печенье воздушное	50 /	100 /	150 /
	Молоко кипячёное	200/	200/	200/
Ужин				
	Овощи свежие	70	80	100
	Запеканка картофельная с мясом	200 /	250 /	300 /
	Чай со сгущённым молоком	180 /	200/	200/
	Хлеб пшеничный	10	20	40
	Хлеб ржаной	0	0	20
Второй ужин				
	ЙОГУРТ	200/	200/	200/
	ВАФЛЯ	10	20	20

Спец. по соц. работе
Повар

Борисенкова Т.Л.
Коровина Г.Н.



Приятного аппетита!