

Завтрак



Второй завтрак



Обед



Полдник



Ужин



Второй ужин



МЕНЮ
На 12 января 2024 г.

День 12	Перечень блюд	Масса порции гр	Масса порции гр	Масса порции гр
		700 ккал С 1-6 лет	1000 ккал 7-14 лет	1200 ккал С 15 лет
Завтрак				
	Бутерброд	20 /10	30 /15	30 /30
	Каша пшеничная жидкая молочная	200/	230 /	250 /
	Кофейный напиток	180/	200	200
Второй завтрак				
	Фрукт	120/	200	200
Обед				
	Салат из свёклы «Бурячок»	60/	80/	100/
	Рассольник со сметаной	200/5	250/5	300/5
	Рыба запечённая	70/	120/	120/
	Пюре картофельное	130/	180/	180/
	Компот из смеси сухофруктов	180/	180/	200/
	Хлеб пшеничный	30/	60/	60/
	Хлеб ржаной	40/	40/	60/
Полдник				
	Сок из фруктов (или овощей)	200/	200/	200/
	Булочное изделие	50 /	50 /	50 /
	Фрукт	0	50/	100/
Ужин				
	Тефтели рубленые из мяса с соусом	70/30	90/50	100/50
	Каша гречневая вязкая	130/	150/	180/
	Чай с сахаром	200/	200/	200/
	Хлеб пшеничный	10/	20/	20/
	Хлеб ржаной	20/	20/	20/
Второй ужин				
	ЙОГУРТ	180/	200/	200/

Спец. по соп. работе
Повар

Борисенкова Т.Л.
Цыба Л.А.



Приятного аппетита!