

Завтрак



Полдник



Второй завтрак



Ужин



Обед

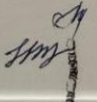


Второй ужин



МЕНЮ
На 12 марта 2024 г

День 1	Перечень блюд	Масса порции гр	Масса порции гр	Масса порции гр
		Энерг. ценность С 100 ккал	Энерг. ценность С 100 ккал	Энерг. ценность С 100 ккал
Завтрак				
	Бутерброд с маслом и сыром	20/10	40/20	40/25
	Каша манная молочная жидкая с маслом	180/	230/	230/
	Кофейный напиток	200/	200/	200/
Второй завтрак				
	ФРУКТ	120/	200 /	200 /
Обед				
	Салат из огурцов с маслом	60/	80/	100/
	Суп гороховый с гренками	200/20	250/20	250/20
	Вершинки рыбные	70/	120/	120/
	Пюре картофельное	130/	180/	180/
	Компот из кураги	180/	200/	200/
	Хлеб пшеничный	0	20/	60/
	Хлеб ржаной	40/	40/	60/
Полдник				
	Булочное изделие промышленного производства	50/	50/	50/
	Сок из фруктов (или овощей)	200/	200/	200/
	ФРУКТ	0	100/	100/
Ужин				
	Салат из свёклы отварной	60/	80/	100/
	Фрикадельки из мяса паровые с соусом (при подаче)	70/30	90/50	100/50
	Каша гречневая вязкая	130/	150/	180/
	Чай с сахаром.	180/	200/	200/
	Хлеб пшеничный	20/	20/	20/
	Хлеб ржаной	0	0	20/
Второй ужин				
	ЙОГУРТ	180/	200/	200/
	ВАФЛЯ	10/	20/	20/

Спец. по соц. работе
 Повар 

Борисенкова Т.Л.
 Макарова Н.В.



Приятного аппетита!