

Завтрак



Второй завтрак



Обед



Полдник



Ужин



Второй ужин



МЕНЮ

28 марта 2024

		Днев. 3					
№ СР	Наименование блюда	Масса порции (г)	3-6 лет Ккал	Масса порции (г)	7-11 лет Ккал	Масса порции (г)	12-18 лет Ккал
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом	15	64	20	105	30 / 15	120
311	Каша пшеничная жидкая с маслом	180	198	230	258	230	258
642	Каша с молоком	200	97	200	97	200	97
гп	Хлеб пшеничный	0		0		20	34
гп	Фрукт	50	18	80	22	80	22
гп	Фрукт	120	92	200	121	200	121
Второй завтрак							
Обед							
4	Салат из моркови и яблок	60	48	80	64	100	87
142	Суп с рыбными фрикадельками	200 / 50	131	250 / 50	158	250 / 100	188
152	Гуляш	70	114	100	142	100	142
516	Макаронные изделия отварные с кукурузой на поджаривании	130	120	180	162	180	162
648	Кисель из концентрата	200	80	200	80	200	80
гп	Хлеб пшеничный	40	67	50	84	60	101
гп	Хлеб ржаной	40	81	50	101	60	122
Полдник							
гп	Булочка промышленного производства	50	142	100	231	100	231
гп	Сок из фруктов (или овощей)	200	135	200	135	250	173
Ужин							
гп	Огурцы свежие парниковые	60	9	80	11	100	14
492	Плов из птицы	200	269	240	361	300	412
495	Чай со стужённым молоком	180	58	200	58	200	58
гп	Печенье сахарное	10	21	10	21	10	21
гп	Хлеб ржаной	10	20	20	41	20	41
Второй ужин							
гп	Вафля	10	16	20	42	20	42
645	Йогурт	180	76	180	76	200	95

Повар

Спец по соц работе

Коровина Г.Н.

Борисенкова Т.Л.



Приятного аппетита!