

Завтрак



Полдник



Второй завтрак



Ужин



Обед



Второй ужин



МЕНЮ
16 апреля 2024

День 4

| № СТ | Наименование блюда | 3-6 лет | | 7-11 лет | | 12-18 лет | |
|-----------------------|---|------------------|------|------------------|------|------------------|------|
| | | Масса порции (г) | Ккал | Масса порции (г) | Ккал | Масса порции (г) | Ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| 340 | Омлет натуральный | 200 | 192 | 200 | 192 | 200 | 192 |
| 501 | Кофейный напиток | 180 | 95 | 200 | 95 | 200 | 95 |
| гп | Фрукт | 50 | 18 | 100 | 36 | 100 | 36 |
| гп | Хлеб пшеничный | 0 | 0 | 0 | 0 | 20 | 34 |
| гп | Хлеб ржаной | 0 | 0 | 0 | 0 | 20 | 41 |
| Второй завтрак | | | | | | | |
| гп | Сок из фруктов (или овощей) | 100 | 90 | 200 | 118 | 200 | 135 |
| Горячий обед | | | | | | | |
| 30 1 | Салат мексиканский | 60 | 50 | 80 | 65 | 100 | 83 |
| 134 | Рассольник ленинградский со сметаной | 200/5 | 112 | 250/5 | 120 | 250/5 | 120 |
| 9 7 | Котлета рыбная "Лада" (из горбуши и минтая) | 70 | 145 | 100 | 208 | 120 | 249 |
| 520 | Пюре картофельное | 130 | 115 | 180 | 165 | 180 | 165 |
| 638 | Компот из кураги | 180 | 87 | 200 | 95 | 200 | 122 |
| гп | Хлеб пшеничный | 40 | 67 | 50 | 84 | 60 | 101 |
| гп | Хлеб ржаной | 40 | 81 | 60 | 122 | 60 | 122 |
| Полдник | | | | | | | |
| 105 | Ватрушка "Царская" | 100 | 206 | 120 | 279 | 150 | 348 |
| 495 | Чай с молоком сгущенным | 180 | 58 | 200 | 58 | 200 | 58 |
| Ужин | | | | | | | |
| 22 | Салат из свежих помидоров | 60 | 41 | 80 | 54 | 100 | 68 |
| | Гречка по-купечески с мясом | 200 | 273 | 240 | 357 | 300 | 383 |
| 686 | Чай с сахаром | 200/5 | 42 | 200/5 | 42 | 200/5 | 42 |
| гп | Хлеб ржаной | 10 | 20 | 20 | 41 | 40 | 81 |
| Второй ужин | | | | | | | |
| 645 | Йогурт | 180 | 76 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 697 | Молоко кипяченое | 180 | 88 | 200 | 107 | 200 | 107 |
| гп | ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ | 10 | 16 | 20 | 30 | 20 | 30 |

Повар *ММ* Макарова Н.В.
Спец по соц работе *ЮМ* Борисенкова Т.Л.



Приятного аппетита!