

Завтрак



Полдник



Второй завтрак



Ужин



Обед



Второй ужин



МЕНЮ
16 августа 2024

День 4

№ С/Р	Наименование блюда	3-5 лет		7-11 лет		11-18 лет	
		Масса порции (г)	Ккал	Масса порции (г)	Ккал	Масса порции (г)	Ккал
Завтрак							
3	Бутерброд с маслом	20	10	75	30/15	121	30/20
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	Фрукт	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	Комлот из курицы	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 густым	180	58	200	58	200	58
Ужин							
	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
гп	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	10	16	20	30	20	30
Повар		<i>Чуба</i>			Чуба Л.А.		
Работает по с/р		<i>Кот</i>			Кобцева О.В.		



Приятного аппетита!