

Завтрак



Полдник



Второй завтрак



Ужин



Обед



Второй ужин



МЕНЮ
16 октября 2024

День 9

№ п/п	Наименование блюда	Обед		Ужин		12-18 лет	
		порции (г)	Ккал	порции (г)	Ккал	порции (г)	Ккал
Завтрак							
гп	Хлеб пшеничный	20	34	40	68	40	68
362	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом	180	106	230	236	250	278
501	Кофейный напиток	200	95	200	95	200	103
гп	Фрукт	50	18	100	36	100	36
Второй завтрак							
гп	Сок из фруктов (или овощей)	100	90	200	118	200	135
Обед							
4	Салат "Любительский"	60	50	80	66	100	83
110	Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной	200 / 5	96	250 / 5	112	250 / 5	112
439, 587	Печень тушенная в соусе	80 / 50	170	120 / 50	255	100/50	245
Мясные изделия отварные:							
		130	145	150	183	180	212
638	Компот из кураги	180		200	95	200	95
гп	Хлеб пшеничный	20	34	40	68	40	68
гп	Хлеб ржаной	40	81	40	81	80	162
Полдник							
697	Молоко кипяченое	200	107	200	107	200	107
3	Шарлотка яблочная	70	165	70	165	100	227
Ужин							
22	Салат из свежих помидоров	60	41	80	54	100	68
397	Шницель рыбный натуральный с маслом	80 / 5	107	100 / 5	158	120 / 5	181
520	Пюре картофельное	130	115	180	165	180	165
685	Чай с сахаром	180	42	200	42	200	42
гп	Хлеб пшеничный	10	17	20	34	20	34
гп	Хлеб ржаной	10	20	20	41	40	81
Второй ужин							
гп	ПЕЧЕНЬЕ	10	16	20	42	20	42
645	ЙОГУРТ	180	76	180	76	200	95

Повар *ЗФ* Коровина Г.Н.
Спец по спец работе *ЗФ* Борисенкова Т.Л.



Приятного аппетита!