

Завтрак



Второй завтрак



Обед



Полдник



Ужин



Второй ужин



МЕНЮ
26 октября 2024
День 5

№ СР	Наименование блюда	3-6 лет		7-11 лет		12-18 лет	
		Масса порции (г)	Ккал	Масса порции (г)	Ккал	Масса порции (г)	Ккал
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом	15 / 5	64	20 / 10	105	40 / 15	169
300	Яйцо отварное	40	63	40	63	40	63
311	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом	180	166	230	210	230	210
630	Чай с молоком	200	79	200	79	200	79
Второй завтрак							
гп	Сок из фруктов	100	90	200	118	200	135
Обед							
21	Салат из отварной свёклы с огурцами	60	43	80	57	100	71
161	Суп пюре из разных овощей с гренками	200 / 20	136	250 / 20	171	250 / 20	171
	Гренки из пшеничного хлеба	20	20	20	20	20	20
374	Рыба тушёная в томате с овощами	70 / 50	131	100 / 50	191	120 / 50	228
173	Картофель припущенный с зеленью	130	96	180	156	180	156
705	Компот из смеси сухофруктов	180	63	200	74	200	74
гп	Хлеб пшеничный	40	67	50	84	60	101
гп	Хлеб ржаной	40	81	50	101	60	122
Полдник							
685	Чай с сахаром	200	42	200	42	200	42
531	Блинчики с молоком ступённым	50 / 20	227	100 / 20	309	100 / 20	309
Ужин							
4	Салат рыбный	60	71	80	97	120	125
451	Шницель из говядины	70	104	90	165	120	213
423	Капуста тушёная в сметане	130	109	150	128	200	146
685	Чай с сахаром	200	42	200	42	200	42
гп	Хлеб ржаной	10	20	20	41	20	41
Второй ужин							
645	ЙОГУРТ	180	76	180	76	200	95
гп	ВАФЛЯ	10	16	20	42	20	42

Повар *Л.А.* Цыба Л.А.
Спец по соц работе *Л.А.* Борисенкова Т.Л.



Приятного аппетита!