

Завтрак



Второй завтрак



Обед



Полдник



Ужин



Второй ужин



| МЕНЮ | | | | | | | | |
|------------------------|--------------------------------------------|------------------|---------|---------------------|----------|---------------------|-----------|---------------------|
| 03 ноября 2024 г. | | | | | | | | |
| День 13 | | | | | | | | |
| № СР | Наименование блюда | Масса порции (г) | 3-6 лет | | 7-11 лет | | 12-18 лет | |
| | | | Ккал | Масса (протеин (г)) | Ккал | Масса (протеин (г)) | Ккал | Масса (протеин (г)) |
| Горячий завтрак | | | | | | | | |
| 13 | Бутерброд с маслом | 20/5 | 114 | 20/5 | 114 | 20/5 | 138 | |
| 366 | Каша манная молочная жидкая с маслом | 180 | 191 | 230 | 302 | 230 | 302 | |
| 495 | Чай с молоком сгущённым | 200 | 58 | 200 | 58 | 200 | 58 | |
| Второй завтрак | | | | | | | | |
| гп | Сок из фруктов (или овощей) | 100 | 90 | 200 | 118 | 200 | 135 | |
| Горячий обед | | | | | | | | |
| гп | Сайра по-деревенски | 50 | 58 | 80 | 91 | 100 / 50 | 138 | |
| 138 | Суп картофельный с крупой рисовой, с мясом | 200 / 10 | 120 | 250 / 10 | 135 | 250 / 10 | 135 | |
| 451 | Биточки из говядины | 70 | 104 | 90 | 165 | 120 | 213 | |
| 516 | Макаронные изделия отварные | 130 | 145 | 150 | 183 | 180 | 212 | |
| 648 | Кисель из концентрата | 200 | 80 | 200 | 80 | 200 | 80 | |
| гп | Хлеб пшеничный | 40 | 67 | 50 | 84 | 60 | 101 | |
| гп | Хлеб ржаной | 40 | 81 | 60 | 122 | 60 | 122 | |
| Полдник | | | | | | | | |
| 697 | Молоко кипячёное | 200 | 119 | 200 | 119 | 200 | 119 | |
| гп | Булочка ванильная | 40 | 149 | 40 | 149 | 40 | 149 | |
| Ужин | | | | | | | | |
| гп | Помидоры свежие | 50 | 11 | 80 | 17 | 100 | 22 | |
| 431 | Печень по-строгановски | 70 / 40 | 155 | 90 / 40 | 206 | 100 / 40 | 214 | |
| 512 | Рис приушенный | 130 | 129 | 150 | 154 | 180 | 185 | |
| 685 | Чай с сахаром | 200 | 42 | 200 | 42 | 200 | 42 | |
| гп | Хлеб ржаной | 10 | 20 | 20 | 41 | 40 | 81 | |
| Второй ужин | | | | | | | | |
| гп | ЙОГУРТ | 100 | 76 | 100 | 76 | 130 | 95 | |
| гп | ВАФЛЯ | 10 | 16 | 20 | 42 | 20 | 42 | |
| Повар | | | | Коровина Г.Н. | | | | |
| Спец по соц работе | | | | Борисенкова Т.Л. | | | | |



Приятного аппетита!