

## Завтрак



## Полдник



## Второй завтрак



## Ужин



## Обед



## Второй ужин



		МЕНЮ					05 ноября 2024 г.	
№ СР	Наименование блюда	День 1					12-14 лет	
		3-6 лет	7-11 лет	12-14 лет	15-17 лет	18 лет		
		Масса порции (г)	Ккал	Масса порции (г)	Ккал	Масса порции (г)	Ккал	
<b>ЗАВТРАК</b>								
1.3	Бутерброд с маслом	20 10	101	40 20	127	40 25	248	
262	Каша манная молочная жидкая с маслом	180	176	230	196	230	196	
501	Кофейный напиток	200	95	200	95	200	103	
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>								
гп	Сок из фруктов (или овощей)	100	45	200	90	200	90	
<b>ОБЕД</b>								
14 1	Салат из огурцов с маслом	60	38	80	50	100	67	
139	Суп гороховый с гренками	200/20	186	250 / 20	207	250 / 20	207	
	гренки из пшеничного хлеба	20	20	20	20			
9 7	Вермишки рыбные	70	133	120	219	120	219	
520	Пюре картофельное	130	115	180	165	180	165	
638	Компот из сухофруктов	180	87	200	95	200	95	
гп	Хлеб пшеничный	0	0	20	34	60	102	
гп	Хлеб ржаной	40	81	40	81	60	121	
<b>ПОЛДНИК</b>								
гп	Булочка ванильная	40	150	40	150	80	300	
гп	Сок из фруктов (или овощей)	200	90	200	90	200	90	
<b>УЖИН</b>								
22	Салат из свеклы отварной с чесноком	60	51	80	68	100	85	
587	Фрикадельки из мяса вареные с соусом	70/30	97	90/50	165	100/50	184	
248	Каши гречневая вязкая	130	128	150	148	180	177	
686	Чай с сахаром	180	42	200	42	200	42	
гп	Хлеб пшеничный	20	34	20	34	20	34	
гп	Хлеб ржаной	0	0	0	0	20	40	
<b>ВТОРОЙ УЖИН</b>								
гп	ВАФЛЯ	10	16	20	42	20	42	
гп	ЙОГУРТ	180	76	180	76	200	95	
Повар		<i>Handwritten signature</i>					Цыба Л.А.	
Спец по соц работе		<i>Handwritten signature</i>					Борисенкова Т.Л.	



Приятного аппетита!