

Завтрак



Полдник



Второй завтрак



Ужин



Обед



Второй ужин



МЕНЮ
09 ноября 2024

День 5

№ СР	Наименование блюда	Масса порция (г)	3-6 лет		7-11 лет		12-18 лет	
			Ккал	Масса порция (г)	Ккал	Масса порция (г)	Ккал	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								
ПП	Фрукт	120	92	200	121	200	137	
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		
374	Рыба тушёная в томате с овощами	70 / 50	131	100 / 50	191	120 / 50	228	
173	Картофель приущенный с зеленью	130	96	180	156	180	156	
705	Отвар из плодов шиповника	180	63	200	74	200	74	
гп	Хлеб пшеничный	40	67	50	84	60	101	
гп	Хлеб ржаной	40	61	50	101	60	122	
Полдник								
гп	Сок из фруктов (или овощей)	200	49	200		250		
531	Булочка	50	227	50	309	100	200	
Ужин								
4	Салат рыбный	60	71	80	97	120	125	
451	Шанцель из говядины	70	104	90	165	120	213	
423	Калуста тушёная в сметане	130	109	150	128	200	146	
605	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 *М.С.С.* Цыба Л.А.
Спец по соц работе *К.С.С.* Коблева О.В.



Приятного аппетита!