**МЕНЮ (3) на 05.09. 2024 г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ЗАВТРАК** | Выход блюдо | Калорийность |
| Омлет натуральный  | 84/105 | 153/193 |
| Чай с молоком | 150/180 | 77/89 |
| Бутерброд с повидлом | 35/45 | 110,4/137 |
| **II ЗАВТРАК** |  |
| Нектар яблочный | 100/100 | 44,8/44,8 |
| **ОБЕД** |  |
| Салат из свежих помидоров с луком | 30/40 | 23,13/31,64 |
| Щи из свежей капусты | 150/180 | 50,85/61,02 |
| Мясные тефтели с томатно-сметанным соусом | 90/120 | 171,50/229,15 |
| Пюре картофельное  | 110/130 | 101/119 |
| Компот из кураги | 150/180 | 84,75/108,7 |
| Хлеб ржаной | 34/43 | 68/86 |
| **ПОЛДНИК** |  |
| Снежок | 130/150 | 110/132 |
| Печенье | 10/10 | 45/45 |
| **УЖИН** |  |
| Рыба тушеная с овощами | 60/80 | 84,19/111.95 |
| Рис отварной | 110/130 | 154/182 |
| Чай с сахаром | 150/180 | 28/40 |
| Хлеб пшеничный | 20//30 | 53/79,5 |
|  |  |  |
|  |  |  |

Заведующий Г.А. Жечко

 Кладовщик С.Е. Собченко

 Повар С.Е. Трофимова

 Н.Г. Константинова