

Утверждаю
Директор

МЕНЮ

01 октября 2024

Прием пищи Блюдо	Выход					
	7-11 лет			12-18 лет		
	Прожива ющие	Приходя щие	Энерг ценность	Прожива ющие	Приходя щие	Энерг ценность
<u>Завтрак</u>						
Пудинг из творога (запеченный), со сгущенным молоком	150	150	316	200	200	396
Бутерброд с маслом	50/15	50/15	147	60/15	60/15	257
яйцо вареное	1	1	63	1	1	63
Кофейный напиток с молоком	200	200	91	200	200	101
Итого:			617			817
<u>Обед</u>						
Суп молочный с макаронными изделиями	250	250	150	300	300	180
Печень, тушенная в соусе	90	90	148	100	100	165
Картофельное пюре	200	200	183	200	200	183
Помидор свежий	80	80	17	100	100	22
Хлеб ржаной	80	80	164	80	80	164
Компот из изюма	200	200	75	200	200	122
груша	180	180	38	180	180	38
Итого:			775			874
<u>Полдник</u>						
вафли	40		130	50		163
Чай сладкий, с лимоном	200	200	27	200	200	38
Итого:			157			201
<u>Ужин</u>						
Рыба, тушенная в томате с овощами	90	90	94	100	100	105
Рис отварной	150	150	209	180	180	251
Салат витаминный (2 вариант)	100	100	79	120	120	95
Хлеб пшеничный	50	50	81	60	60	158
Сок	200	200	85	200	200	85
Итого:			548			694
<u>2 Ужин</u>						
Ряженка	180	180	86	180	180	98
Итого:			2183			2684