

Утверждаю

Директор

МЕНЮ

9 октября 2024г

Прием пищи Блюдо	Выход					
	7-11 лет			12-18 лет		
	Прожи- вающие	Приходя- щие	Энерг ценность	Прожи- вающие	Приходя- щие	Энерг ценность
<u>Завтрак</u>						
Омлет с зеленым горошком	150	150	160	200	200	214
Бутерброд с маслом	50/15	50/15	147	60/15	60/15	257
Какао с молоком	200	200	107	200	200	117
Итого:			414			588
<u>Обед</u>						
Суп картофельный с бобовыми	250	250	148	300	300	178
печень, тушенная в соусе	90	90	148	100	100	165
Макароны отварные с овощами	150	150	188	180	180	226
сельдь с луком	80	80	139	100	100	174
Сок	200	200	92	200	200	92
	150	150	144	150	150	144
Хлеб ржаной	50	50	102	70	70	143
апельсин	100	100	96	100	100	96
Итого:			1057			1218
<u>Полдник</u>						
Булочка «Творожная»	50/15		131	50		131
Молоко	200		107	200		107
Итого:			238			238
<u>Ужин</u>						
курица тушеное с морковью	90		118	100		131
Греча отварная	150		262	180		315
Салат картофельный со св капустой и кукурузой	100		159	120		180
Компот из кураги	200		66	200		77
Хлеб пшеничный	50		132	50		132
Итого:			737			835
<u>2 Ужин</u>						
Кефир	200		100			100
Итого:			2546			2979