

Утверждаю

Директор

МЕНЮ

10 марта 2025г

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>						
Каша жидкая ячневая, на свежем молоке	180		261	200		290
Хлеб пшеничный	50		132	60		158
Яйцо	1		63	1		63
Чай сладкий, с молоком	200		53	200		63
Итого:			509			574
<u>Обед</u>						
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	250	118	300	300	142
Тефтели мясные (2 в)	90	90	183	100	100	203
Овощи в молочном соусе	150	150	72	180	180	87
Огурец соленый	80	80	8	100	100	10
Сок	200	200	96	200	200	96
Яблоко	100	100	47	100	100	47
Хлеб ржан	80	80	164	100	100	206
Итого:			688			791
<u>Полдник</u>						
Коржик «Молочный»	40		150	50		187
Молоко	200		107	200		107
Итого:			257			294
<u>Ужин</u>						
Рыба припущенная в молоке	90		111	100		124
Рис отварной	150		209	180		251
Салат из св помидор, огурцов, лука	100		70	120		84
Компот из с/фр	200		81	200		86
Хлеб пшеничный	50		132	50		132
Итого:			603			677
<u>2 Ужин</u>						
Ряженка	200		102	200		102
Итого:			2159			2438