

Утверждаю
Директор

А. В. Жуков
Жуков Н. П.

МЕНЮ

16 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	150	150	237	200	200	316
Бутерброд с повидлом	50/10/2 0	50/10/2 0	196	60/10/2 0	60/10/2 0	273
Какао с молоком	200	200	107	200	200	117
Итого:			540			706
<u>Обед</u>						
Суп картофельный с рыбными фр	250	250	140	300	300	168
Плов рисовый (со свининой)	150	150	408	200	200	544
Салат из овощей	100	100	89	120	120	107
Компот из кураги	200	200	66	200	200	77
Хлеб ржаной	80	80	164	80	80	164
Банан	100	100	96	100	100	96
Итого:			963			1156
<u>Полдник</u>						
булочка веснушка	50	50	188	50	50	188
Кисель ягодный	200	200	56	200	200	56
Итого:			244			244
<u>Ужин</u>						
Бр-цыпленок тушеный в соусе, с овощами	150	150	198	200	200	264
Икра кабачковая	90	90	72	100	100	90
Хлеб пшеничный	60	60	81	60	80	158
Сок	200	200	92	200	200	92
Итого:			443			604
<u>2 Ужин</u>						
Снежок	180	180	100	180	180	100
Итого:			2290			2810

Сид