

Утверждаю  
Директор



## МЕНЮ

27 января 2025г

| Прием пищи<br>Блюдо                      | Выход            |                 |                   |                  |                 |                   |
|------------------------------------------|------------------|-----------------|-------------------|------------------|-----------------|-------------------|
|                                          | 7-11 лет         |                 |                   | 12-18 лет        |                 |                   |
| <u>Завтрак</u>                           | Прожи-<br>вающие | Приходя-<br>щие | Энерг<br>ценность | Прожи-<br>вающие | Приходя-<br>щие | Энерг<br>ценность |
| 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              |