

Утверждаю

Директор

## МЕНЮ

29 ноября 2024г

| 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 |
| Сырники из творога со сг                      | 150              | 150             | 446               | 200              | 200             | 496               |
| Бутерброд с сыром                             | 50/30            | 50/30           | 253               | 60/38            | 60/38           | 358               |
| Кофейный напиток с молоком                    | 200              | 200             | 91                | 200              | 200             | 101               |
| Итого:                                        |                  |                 | 790               |                  |                 | 955               |
| <u>Обед</u>                                   |                  |                 |                   |                  |                 |                   |
| суп картофельный на кур б-не                  | 250              | 250             | 116               | 300              | 300             | 140               |
| мясо птицы отварное                           | 90               | 90              | 139               | 100              | 100             | 155               |
| Греча отварная                                | 150              | 150             | 262               | 180              | 180             | 315               |
| огурец соленый                                | 80               | 80              | 90                | 100              | 100             | 113               |
| Компот из с/фр                                | 200              | 200             | 81                | 200              | 200             | 86                |
| Хлеб ржаной                                   | 50               | 50              | 102               | 80               | 80              | 164               |
| мандарин                                      | 100              | 100             | 47                | 100              | 100             | 47                |
| Итого:                                        |                  |                 | 837               |                  |                 | 1020              |
| <u>Полдник</u>                                |                  |                 |                   |                  |                 |                   |
| Оладьи со сгущенным молоком                   | 80/20            |                 | 266               | 100/20           |                 | 320               |
| Компот из св фруктов                          | 200              |                 | 42                | 200              |                 | 52                |
| Итого:                                        |                  |                 | 308               |                  |                 | 372               |
| <u>Ужин</u>                                   |                  |                 |                   |                  |                 |                   |
| Тефтели мясные (1в)                           | 70/50            |                 | 219               | 80/50            |                 | 238               |
| Картофель и овощи тушеные в<br>молочном соусе | 150              |                 | 216               | 180              |                 | 259               |
| салат из белокочанной капусты                 | 100              |                 | 60                | 120              |                 | 72                |
| Хлеб пшеничный                                | 40               |                 | 106               | 50               |                 | 132               |
| Сок                                           | 180              |                 | 86                | 180              |                 | 86                |
| Итого:                                        |                  |                 | 687               |                  |                 | 787               |
| <u>2 Ужин</u>                                 |                  |                 |                   |                  |                 |                   |
| Ряженка                                       | 200              |                 | 102               | 200              |                 | 102               |
| Итого:                                        |                  |                 | 2724              |                  |                 | 3236              |