

МЕНЮ
на 01.03.2023

7-11 ЛЕТ

12 ЛЕТ И СТАРШЕ

| Наименование блюда | Масса порции, г | Калорийность порции | Масса порции, г | Калорийность порции |
|------------------------------------|-----------------|---------------------|-----------------|---------------------|
| ЗАВТРАК | | | | |
| Каша жидкая(манка) | 190 | 138,43 | 230 | 167,58 |
| Кофейный напиток | 200 | 216,96 | 200 | 216,96 |
| Батон пшеничный | 100 | 262 | 100 | 262 |
| Масло сливочное | 10 | 66,1 | 10 | 66,1 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | |
| Сок яблочный | 200 | 134 | 200 | 134 |
| ОБЕД | | | | |
| Овощи свежие (порциями) | 100 | 19,9 | 100 | 19,9 |
| Суп картофельный с бобовыми | 250 | 151,72 | 300 | 182,07 |
| Капуста тушеная с мясом | 250 | 476,5 | 250 | 476,5 |
| Компот из свежих плодов | 200 | 94,6 | 200 | 94,6 |
| Сметана | 10 | 16,2 | 11 | 17,82 |
| Батон пшеничный | 0 | 0 | 50 | 131 |
| Хлеб ржаной | 100 | 174 | 150 | 261 |
| ПОЛДНИК | | | | |
| Кисель из концентрата | 200 | 0 | 200 | 0 |
| Сушка | 50 | 50,1 | 50 | 50,1 |
| Фрукты свежие (бананы) | 300 | 288 | 283 | 271,68 |
| УЖИН | | | | |
| Овощи натуральные соленые (огурцы) | 100 | 16,1 | 150 | 24,15 |
| Рыба припущенная | 120 | 309,07 | 150 | 386,34 |
| Пюре картофельное | 200 | 190,24 | 300 | 285,36 |
| Чай с лимоном | 200 | 41,62 | 200 | 41,62 |
| Масло сливочное | 10 | 66,1 | 10 | 66,1 |
| Батон пшеничный | 100 | 262 | 100 | 262 |

 Директор

 Диетсестра

 Шефповар

