

11 октября 2023 года

Меню	возраст	
	7-11 лет	12-23 года
	выход блюд	
<b>Завтрак 1</b>		
Салат из моркови	60	80
Суп молочный с крупой (гречка)	150	205
Какао с молоком	180	180
Хлеб пшеничный	30	50
Масло слив.порционное	10	10
<b>Завтрак 2</b>		
Сок	200	200
Сырники из творога запеченные/ молоко сгущ.	142/17	142/17
<b>Обед</b>		
Капуста тушеная	80	100
Свекольник со смет. и мясом	200	250
Картофельное пюре	100	100
Рыба припуш. в молоке	95	95
Компот из с/фр	180	180
Хлеб ржан./пшенич.	40/30	60/40
Банан	183	183
<b>Полдник</b>		
Кефир	170	170
Сдоба	40	43
Хлеб пшеничный	29	28
<b>Ужин</b>		
Салат картоф. с зелен.горошком	80	80
Макарон отварной	100	180
Сосиска отварная	102	102
Чай с сахаром	180	180
Хлеб рж./пшенич.	40/37	60/42
Масло слив.порционное	10	10