

22 декабря 2023 года

| Меню                                    | возраст    |            |
|---|------------|------------|
|   | 7-11 лет   | 12-23 года |
|   | выход блюд |            |
| <b>Завтрак 1</b>                        |            |            |
| Горошек зеленый конс.                   | 46         | 46         |
| Омлет натуральный                       | 135        | 135        |
| Кофейный напиток с молоком              | 180        | 180        |
| Хлеб пшеничный                          | 40         | 50         |
| Масло слив. порционное                  | 10         | 10         |
| <b>Завтрак 2</b>                        |            |            |
| Сок                                     | 200        | 200        |
| Запеканка творож./молоко сгущ.          | 143/16     | 143/16     |
| <b>Обед</b>                             |            |            |
| Капуста морская                         |            |            |
| Борщ с капустой и картоф. мясом и смет. | 250        | 250        |
| Картофель отварной                      | 150        | 180        |
| Тефтеля мясная паровая                  | 75         | 75         |
| Компот из с/фр                          | 180        | 180        |
| Хлеб ржан./пшенич.                      | 40/30      | 60/50      |
| <b>Полдник</b>                          |            |            |
| Ряженка                                 |            | 200        |
| Сдоба                                   |            | 46         |
| Яблоко                                  |            | 145        |
| <b>Ужин</b>                             |            |            |
| Томаты консервированные                 |            | 80         |
| Макарон отварной                        |            | 180        |
| Голубцы ленивые                         |            | 70         |
| Соус сметанно-томатный                  |            | 30         |
| Чай с сахаром                           |            | 180        |
| Хлеб рж./пшенич.                        |            |            |
| Масло слив. порционное                  |            | 10         |