

05 декабря 2023 года

| Меню                             | возраст    |            |
|----------------------------------|------------|------------|
|                                  | 7-11 лет   | 12-23 года |
|                                  | выход блюд |            |
| <b>Завтрак 1</b>                 |            |            |
| Суп молочный с крупой (геркулес) | 150        | 205        |
| Какао с молоком                  | 180        | 180        |
| Хлеб пшеничный                   | 40         | 50         |
| Масло слив.порционное            | 10         | 10         |
| Сыр порционный                   | 22         | 22         |
| <b>Завтрак 2</b>                 |            |            |
| Кефир                            | 179        | 179        |
| Ольдыи /с повидлом               | 80/14      | 80/14      |
| Конфета                          | 22         | 22         |
| <b>Обед</b>                      |            |            |
| Капуст морская                   | 49         | 49         |
| Суп картоф.с бобовыми и мясом    | 230        | 230        |
| Макароны отварные                | 130        | 180        |
| Котлета из птицы                 | 70         | 70         |
| Соус томатно-сметанный           | 30         | 30         |
| Компот из с/фр                   | 180        | 180        |
| Хлеб ржан./пшенич.               | 40/50      | 60/45      |
| <b>Полдник</b>                   |            |            |
| Сок                              | 200        | 200        |
| Сдоба                            | 35         | 42         |
| Фрукты <i>груша</i>              | 117        | 117        |
| <b>Ужин</b>                      |            |            |
| Огурцы соленые                   | 80         | 100        |
| Картофельное пюре                | 130        | 180        |
| Голубец ленивый                  | 70         | 70         |
| Соус томатно-сметанный           | 30         | 30         |
| Чай с сахаром                    | 180        | 180        |
| Хлеб рж./пшенич.                 | 40/32      | 60/50      |
| Масло слив.порционное            | 10         |            |