

22 ноября 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        |
| Кофейные напиток на молоком                 | 180        | 180        |
| Хлеб пшеничный                              | 40         | 50         |
| Масло слив.порционное                       | 10         | 10         |
| <b>Завтрак 2</b>                            |            |            |
| Ряженка                                     | 170        | 170        |
| Сырники из творога запеченные/ молоко сгущ. | 142/17     | 142/17     |
| Банан                                       | 170        | 170        |
| <b>Обед</b>                                 |            |            |
| Свекольник со смет. и мясом                 | 250        | 250        |
| Капуста тушеная                             | 80         | 100        |
| Картофельное пюре                           | 100        | 100        |
| Рыба прищ. в молоке                         | 95         | 95         |
| Компот из с/фр.                             | 180        | 180        |
| Хлеб ржан./пшенич.                          | 40/35      | 60/50      |
| <b>Полдник</b>                              |            |            |
| Сок   | 200        | 200        |
| Сдоба                                       | 35         | 38         |
| Кон.изделия (печенье)                       | 28         | 28         |
| <b>Ужин</b>                                 |            |            |
| Салат картоф. с зелен.горошком              | 60         | 80         |
| Макарон отварной                            | 150        | 180        |
| Фрикадельки из мяса туш                     | 70         | 70         |
| Соус томатный                               | 30         | 30         |
| Чай с сахаром                               | 180        | 180        |
| Хлеб рж./пшенич.                            | 40/30      | 60/57      |
| Масло слив.порционное                       | 10         | 10         |