

утверждаю

Меню на

6 марта 2024 г.

|                |  | 12 и ст | Кк    | 7-11 лет | Кк    |
|----------------|--|---------|-------|----------|-------|
| <b>завтрак</b> | каша овс из геркулеса жидк                       | 250     | 285,5 | 150      | 171,3 |
|                | ветчина (порциями)                               | 35      | 98,0  | 35       | 98    |
|                | батон нарезной                                   | 40      | 104,8 | 20       | 52,4  |
|                | чай с джемом                                     | 200     | 58,0  | 200      | 58    |
|                | банан свежий                                     | 100     | 96,0  | 100      | 96    |
| <b>обед</b>    | Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым | 150     | 149,3 | 100      | 99,5  |
|                | Уха с крупой                                     | 250     | 105,8 | 200      | 84,6  |
|                | тефтели из говядины в молочном соусе             | 100     | 170,0 | 100      | 170   |
|                | Макаронные изд. Отварные                         | 180     | 202,1 | 150      | 168,5 |
|                | хлеб пшеничный                                   | 50      | 117,5 | 40       | 94    |
|                | хлеб ржаной                                      | 50      | 87,0  | 40       | 69,6  |
|                | компот из плодов или ягод сушеных (курага)       | 200     | 114,8 | 200      | 114,8 |
| <b>полдник</b> | йогурт   | 200     | 174,0 | 200      | 174   |
|                | Рогалик ВКУСНЯШКА с начинкой                     | 80      | 164,8 | 80       | 164,8 |
|                | груша  | 200     | 94,0  | 100      | 47    |
| <b>1 ужин</b>  | соленый огурец                                   | 100     | 13,0  |          |       |
|                | Суфле из отварной говядины паровое               | 100     | 267,0 |          |       |
|                | картофельное пюре                                | 200     | 184,0 |          |       |
|                | хлеб пшеничный                                   | 40      | 94,0  |          |       |
|                | хлеб ржаной                                      | 40      | 69,6  |          |       |
|                | компот из вишен и яблок                          | 200     | 98,0  |          |       |
| <b>2 ужин</b>  | простокваша Фруктовая                            | 200     | 152,0 |          |       |
|                | Рогалик песочный с маком                         | 60      | 146,6 |          |       |