

утверждаю

Меню на

8 октября 2024 г.

|                |                                    | 12 и ст | Кк      | 7-11 лет | Кк    |
|----------------|------------------------------------|---------|---------|----------|-------|
| <b>завтрак</b> | горошек зеленый                    | 100     | 36,8    | 60       | 22,1  |
|                | Омлет натуральный                  | 200     | 300,7   | 150      | 225,5 |
|                | чай с лимоном и сахаром            | 200     | 27,9    | 200      | 27,9  |
|                | Хлеб пшеничный/ батон              | 45      | 105,8 # | 45       | 105,8 |
|                | Хлеб формовой ржаной               | 25      | 43,5    | 25       | 43,5  |
|                | банан                              | 100     | 96,0    | 100      | 96    |
| <b>обед</b>    | свекла отварная дольками           | 100     | 42,0    | 60       | 25,2  |
|                | Щи из свеж капусты со сметаной     | 250     | 90,1    | 200      | 72,1  |
|                | говядина отварная                  | 7,10    | 25,1    | 5,68     | 20,1  |
|                | Макароны отварные                  | 180     | 236,2   | 150      | 196,8 |
|                | Гуляш из говядины                  | 100     | 232,0   | 100      | 232   |
|                | компот из смородины                | 200     | 35,4    | 200      | 35,4  |
|                | Хлеб пшеничный/ батон              | 60      | 141,0   | 60       | 141   |
|                | Хлеб формовой ржаной               | 30      | 52,2    | 30       | 52,2  |
| <b>полдник</b> | Пирожок печеный с ягодной начинкой | 150     | 394,1   | 100      | 262,7 |
|                | компот из клубники                 | 200     | 29,3    | 200      | 29,3  |
| <b>1 ужин</b>  | картофельное пюре                  | 200     | 185,9   |          |       |
|                | печень говяжья по-строгановски     | 100     | 236,5   |          |       |
|                | компот из яблок и вишни            | 200     | 42,5    |          |       |
|                | Хлеб пшеничный/ батон              | 25      | 58,8    |          |       |
|                | Хлеб формовой ржаной               | 25      | 43,5    |          |       |
| <b>2 ужин</b>  | Кулебяка с капустой свежей         | 130     | 221,0   |          |       |
|                | кефир                              | 200     | 106,0   |          |       |