

утверждаю

Меню на

14 ноября 2023 г.

|                |   | 12 и ст | Кк    | 7-11 лет | Кк    |
|----------------|---|---------|-------|----------|-------|
| <b>завтрак</b> | каша рисовая молочная жидкая                      | 250     | 286,8 | 150      | 172,1 |
|                | яйцо вареное                                      | 50      | 94,5  | 50       | 94,5  |
|                | йогурт  | 100     | 87,0  | 100      | 87    |
|                | хлеб пшеничный                                    | 30      | 70,5  | 20       | 47    |
|                | Чай с лимоном                                     | 200     | 61,0  | 200      | 61    |
| <b>обед</b>    | свежий огурец                                     | 100     | 14,0  | 60       | 8,4   |
|                | борщ с фасолью и картоф/гов                       | 250     | 135,8 | 200      | 108,6 |
|                | жаркое по-домашнему                               | 220     | 370,9 | 175      | 295   |
|                | хлеб пшеничный                                    | 50      | 117,5 | 50       | 117,5 |
|                | хлеб ржаной                                       | 50      | 87,0  | 50       | 87    |
|                | груша   | 200     | 94,0  | 100      | 47    |
|                | компот из вишни                                   | 200     | 96,0  | 200      | 96    |
| <b>полдник</b> | сок яблочный                                      | 200     | 84,8  | 200      | 84,8  |
|                | Пирожок печеный с ягодной начинкой                | 150     | 394,1 | 100      | 262,7 |
| <b>1 ужин</b>  | салат из свежих огурцов                           | 100     | 66,6  |          |       |
|                | котлеты рубленые из кур, запеченные с молочным со | 100     | 191,0 |          |       |
|                | Макаронные изд. Отварные с овощами                | 180     | 226,1 |          |       |
|                | хлеб пшеничный                                    | 50      | 117,5 |          |       |
|                | хлеб ржаной                                       | 40      | 69,6  |          |       |
|                | компот из черной смородины                        | 200     | 71,0  |          |       |
| <b>2 ужин</b>  | молоко  | 200     | 108,0 |          |       |
|                | Кулебяка с капустой свежей                        | 130     | 221,0 |          |       |