

Директор:

Е.И Волгуцкова



Меню

На « 10 » марта 2021

В-выход ЭЦ-энергетическая ценность

Завтрак

- 1 каша манная молочная В-250 гр. Ккал-375
2 батон со сливочным маслом, колбасой В140/15/50 ккал- 257,6/112,2/226,0
3 вафли-30 ккал.-154
4 какао В-200 ккал-150,8

2 завтрак

1. сырники со сметанным соусом –В -140/30 ккал-265,5
2. печенье В-30 ккал-186
3. чай молочный В-200 ккал.-99,0

ОБЕД

1. суп картофельный с горохом на мясном бульоне В-350 ккал.-248,23
- 2.мясо отварное В-65 ккал.-199,6 с гречневый гарниром В-200 ккал-282,2
3. сельдь с луком В-95 ккал-217
- 4 апельсины-300 ккал-166,95
5. компот из сухофруктов В-200 ккал-87,6
- 6.хлеб ржаной В.-150 ккал-300,5

ПОЛДНИК

1. хлеб с сыром В-100/11 ккал 97,28/37,4
2.сок В-200 ккал-60,0

УЖИН

1

Врач:

Cur

Директор: Е.И Волгуцкова



Улица Богдана Хмельницкого 6

На « 10 » марта 2021

Возрастная категория детей от 12 до 18 лет

В-выход ЭЦ-энергетическая ценность

1. каша овсяная молочная В-300 гр ккал.-280,56

2.батон со сливочным маслом В-105/15 ккал.-193,2/112,2

3. какао В-200 гр.ккал.-150,8

1. сырники со сметанным соусом – В-130/20 ккал-246,6

2. печенье В-30 гр. ккал.-186

3. чай молочный В-200 гр. ккал.-99,0

1. суп картофельный с горохом на мясном бульоне-В-400 ккал.-283,7

2. мясо отварное В-65 гр. ккал.-199,6 с гречневым гарниром – В.-200гр. Ккал-282,2

3. сельдь с луком – В.95гр. ккал.-217

4. апельсины- В.-300 ккал-166,95

5. компот из сухофруктов- В.-200 ккал.87,6

6. хлеб ржаной В-154 ккал.-308,46

1.хлеб с сыром В-100/12 ккал.-97,28/40,8

2.сок В-200 мл. ккал.-60,0

1. капуста тушенная с рыбными консервами В-200/50 ккал.-101,4/88

2. хлеб с маслом В-50/15 ккал.-48,64/112,2

3. чай сладкий В-200 мл. ккал.-60,0

Врач:

