

Утверждаю:

Директор

Е.И.Волгуцкова

Улица Богдана Хмельницкого 6

На « 11 » марта 2021

Возрастная категория детей от 12 до 18 лет

В-выход ЭЦ-энергетическая ценность

Меню

Завтрак

1. каша рисовая молочная В.-300 гр. Ккал.-359,01

2. батон с маслом В.-105\15гр. Ккал-92,0; 112,2

3. кофе В.-200 мл.ккал-151,8

2-ой Завтрак

1. хлеб с колбасой В.-100\47гр. Ккал.-97,28\212,44

2. яйцо варенное-1 шт.ккал-63,0

2. кисель В.-200 ккал.-130

Обед

1. рассольник с перловой крупой на мясном бульоне В.-400 ккал.-186

2. рыба жаренная с картофельным пюре В.-83\230 ккал.-102,09\276,0

3. салат из квашенной капусты В.-100 ккал.-61,6

4. яблоко В.-300 ккал.-156,0

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

6. хлеб ржаной В.-135 ккал.-270,40

Полдник

1. вареники ленивые со сметанным соусом В.-75\20 ккал.-190,5

2. печенье В.-30 ккал.-186

3. молоко В.-200 ккал.-120

Врач: 

Утверждаю:

Директор

Е.И.Волгуцкова

Улица Богдана Хмельницкого 6

На « 11 » марта 2021

Возрастная категория детей от 7 до 11 лет

В-выход ЭЦ-энергетическая ценность

Меню

Завтрак

1. каша рисовая молочная В.-250 ккал.-299,18
2. батон с маслом и сыром В.-140\15\11 ккал.-257,6\112,2\37,4
3. яйцо варенное В.-1шт. ккал.-63,0
4. йогурт В.-100 ккал.-85
5. какао В.-200 ккал.-150,8

2-ой Завтрак

1. хлеб с колбасой В.-100\40гр. Ккал.-97,28\180,8
2. кисель В.-200 ккал.-130

Обед

1. рассольник с перловой крупой на мясном бульоне В.-350 ккал.-162,75
2. рыба жаренная с картофельным пюре В.-85\230 ккал.-99,7\276,0
3. салат из квашенной капусты В.-100 ккал.-61,6
4. яблоко В.-300 ккал.-156,0
5. компот из сухофруктов В.-200 ккал.-87,6
6. хлеб ржаной В.-150 ккал.-300,44

Полдник

1. вареники ленивые со сметанным соусом В.-75\30 ккал.-198,9
2. печенье В.-30 ккал.-186
3. молоко В.-200 ккал.-120

Ужин

1. каша ячневая молочная В.-300 ккал.-517,5

2. хлеб с маслом В.-40\15 ккал.-38,91/112,2

3. чай сладкий В.-200 ккал.-60,0

Врач:

