

Утверждаю:

Директор



Е.И.Волгуцкова

Улица Богдана Хмельницкого 6

На « 15 » марта 2021

Возрастная категория детей от 7 до 11 лет

В-выход ЭЦ-энергетическая ценность

## Завтрак

1.омлет натуральный В.-90 ккал.-229,09

2.батон со сливочным маслом с сыром В.-140\10\20 ккал.-257,6\74,8\68,0

3. яблоко-В.-100 ккал.-

4.молоко В.-200 ккал.-

## 2-ой завтрак

1.Хлеб с сыром-100\40 ккал.-97,28\136

2.Сок-200 ккал.-60,0

## Обед

1. Суп картофельный с клецками на курином бульоне В.-350 ккал.-270,9

2. отварная курица с отварным рисом В.-100\220 ккал.-170\255,2

3. Салат из соленных огурцов-В.-80 ккал.-10,4

4 .Яблоки В.-300 ккал.-156,0

5. Чай В-200 ккал.-60,0

6.хлеб ржаной В-100 ккал.-200,3

## Полдник

1.Запеканка творожно-манная со сметанным соусом В 120\20 ккал.-288

2.Молоко В.-200 ккал.-120

Врач: *Сит*

Утверждаю:

Директор



Е.И. Волгуцкова

Улица Богдана Хмельницкого 6

На « 15 » марта 2021

Возрастная категория детей от 12 до 18 лет

В-выход ЭЦ-энергетическая ценность

## ЗАВТРАК

1. омлет натуральный В-110 ккал-280,0
2. батон со сливочным маслом В.-105\10 ккал.-193,2\74,8
3. какао-200 ккал.-150,8

## 2-ой завтрак

1. Хлеб с сыром В.-100/37 ккал.-97,28\125,8
2. Сок В-200 ккал.-60,0

## Обед

1. Суп картофельный с клецками на курином бульоне В-400 ккал.-309,6
2. курица отварная с отварным рисом В.-100\220 ккал.-170/255,2
3. Салат из соленных огурцов В.-80 ккал.-10,4
- 4 .Яблоки В.-300 ккал.-156,0
5. Чай В.-200 ккал.-60,0
6. Хлеб ржаной В.-145 ккал.-290,3

## Полдник

1. Запеканка творожно-манная со сметанным соусом В.-115\20 ккал.-276
2. 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: *Сид*