Утверждаю:

Директор С.И.Волгуцкова

Улица Богдана Хмельницкого 6

На « 17 » марта 2021

Возрастная категория детей от 7 до 11 лет

В-выход ЭЦ-энергетическая ценность

Меню

Завтрак

1.каша пшенная молочная В.-250 ккал.-456,25

2.батон с масло и колбасой В.-140\15/25 ккал.-257,6/112,2/113

3.яйцо варенное В.-1шт. ккал..- **63,0**

4.какао В.-200 ккал.-150,8

2-ой завтрак

1.сосиска в тесте В.-170 ккал.-275

2.сок В.-200 ккал.-60,0

Обед

1.рассольник с перловой крупой на мясном бульоне со сметанным соусом В.-350/12 ккал.-186

2.овощное рагу с мясом отварным В.-270 ккал.-340,2

3.салат из свеклы В.-100 ккал.-104,0

4.мандарины В.-300 ккал.-141

5.компот из свежих яблок В.-200 ккал.-81,37

6 хлеб ржаной В.-100 ккал.-200,3

Полдник

1.вареники ленивые со сметанным соусом В.-140/20 ккал.-371,8

2.хлеб пшеничный В.-100 ккал.-97,8

3.кефир В.-200 ккал.-113,0

Утверждаю:

Директор Е.А. Волгуцкова

Улица Богдана Хмельницкого 6

На « 17 » марта 2021

Возрастная категория детей от 12 до 18 лет

В-выход ЭЦ-энергетическая ценность

Меню

Завтрак

1.каша пшенная молочная В.-300 ккал.-547,5

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

3.какао В.-200 ккал.-150,8

2-ой завтрак

1.сосиска в тесте В.-170 ккал.-

2.сок В.-200 ккал.-60,0

Обед

1.рассольник с перловой крупой на мясном бульоне со сметанным соусом В.-400/11,7 ккал.-212,5

2.овощное рагу с мясом отварным В.-270 ккал.-340,2

3.салат из свеклы В.-100 ккал..-104,0

4.мандарины В.-300 ккал.-141

5.компот из свежих яблок В.-200 ккал.-81,37

6 хлеб ржаной В.-145 ккал.-290,3

Полдник

1.вареники ленивые со сметанным соусом В.-140/20 ккал.-371,8

2.хлеб ржаной В.-145 ккал.-290,3

3.кефир В.-200 ккал.-113,0

Ужин

1.каша пшеничная молочная В.-300 ккал.-547,5

2.хлеб с маслом В.-200/15 ккал.-194,56/112,2

3.Чай сладкий В.-200 ккал.-60,0