

Утверждаю:

Директор



Е.И.Волгуцкова

Улица Богдана Хмельницкого 6

На « 18 » марта 2021

Возрастная категория детей от 12 до 18 лет

В-выход ЭЦ-энергетическая ценность

Меню

Завтрак

1. каша манная молочная В.-300 ккал.-450

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

3. печенье В.-30 ккал.- 186

4. кофе В.-200 ккал.- 151,8

2 –ой завтрак

1. булочка с повидлом В.-100/45 ккал.-223/ 112,5

2. яйцо варенное В.-1 шт. ккал.- 63,0

3. сок В.-200 ккал.- 60,0

Обед

1. щи из свежей капусты со сметанным соусом В.-400/9 ккал.-170,12

2. рыба жаренная с гороховым пюре В.-83/200 ккал.-97,3/182,2

3. салат из моркови В.-100 ккал.-55,4

4. мандарины В.-300 ккал.- 141

5. кисель В.-200 ккал.- 130

6. хлеб ржаной В.-142 ккал.-284,2

Полдник

1. запеканка творожно-манная со сгущенным молоком В.-65/49 ккал.-156/157,29

2. хлеб пшеничный В.-94 ккал.-91,44

3. кефир В.-211,7 ккал.-119,61

Вр.