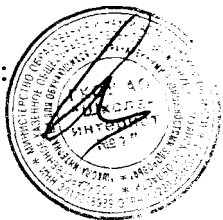


Утверждаю:

Директор



Е.И.Волгуцкова

Улица Богдана Хмельницкого 6

На « 14 » апреля 2021

Возрастная категория детей от 7 до 11 лет

В-выход ЭЦ-энергетическая ценность

Меню

Завтрак

- 1.Каша ячневая молочная В.-250 ккал.-431,25
- 2.Батон с маслом В.-140/15 ккал.-257,6/112,2
- 3.Яйцо вареное В.-1 шт. ккал.-63,0
- 4.Иогурт В.- 95 ккал.-113,09
- 5.Чай молочный В.-200 ккал.-99,0

2-ой завтрак

- 1.Хлеб с икрой баклажанной В.-100/90 ккал.-97,8/49,5
- 2.Яйцо вареное В.-1 шт. ккал.63,0
- 3.Сок В.-200 ккал.-60,0

Обед

- 1.Щи из свежей капусты на мясном бульоне В.-350 ккал.-144,37
- 2.Гуляш мясной с гречневым гарниром В.-110/200 ккал.-224,2/357,8
- 3.Салат из квашенной капусты В.-100 ккал.-89,8
- 4.Мандарины В.-300 ккал.-141
- 5.Компот из сухофруктов с лимоном В.-200 ккал.-90,0
- 6.Хлеб ржаной В.-110 ккал.-229,6

Полдник

1.Пирог с творогом В.-220 ккал.-532,52

2.Кефир В-200 ккал.-113

Вр. Сид

Утверждаю:

Директор

Е.И.Волгуцкова



Улица Богдана Хмельницкого 6

На « 13 » апреля 2021

Возрастная категория детей от 7 до 11 лет

В-выход ЭЦ-энергетическая ценность

Меню

Завтрак

1.Омлет натуральный В-110 ккал.-280,0

2.Батон с маслом В-140/10 ккал.-257,6/74,8

3.Иогурт В- 95 ккал.-113,09

4.Яблоки В-100 ккал.-52

5.Молоко В-200 ккал.-122,0

2-ой завтрак

1.Хлеб с колбасой В-100/55 ккал.-97,2/248,6

2.Печенье В- 60 ккал.-372

3.Сок В-200 ккал.-60,0

Обед

1.Суп картофельный с горохом под мясным бульоне В-350 ккал.-248,23

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

3.Салат из соленых огурцов В-100 ккал.-13

4.Яблоки В-200 ккал.-156,0

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

6.Хлеб ржаной В-110 ккал.-233,5

Полдник

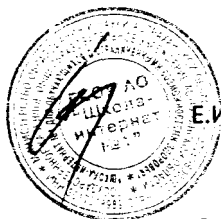
1.Вареники ленивые со сметанным соусом В-100/30 ккал.-351,9

2.Кефир В-200 ккал.-113,0

Вр. *Сид*

Утверждаю:

Директор



Е.И.Волгуцкова

Улица Богдана Хмельницкого 6

На « 14 » апреля 2021

Возрастная категория детей от 12 до 18 лет

В-выход ЭЦ-энергетическая ценность

Меню

Завтрак

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

2.Батон с маслом В.-105/15 ккал.-92,0/112,2

3.Какао В.-200ккал.-150,8

2-ой завтрак

1.Хлеб с икрой баклажанной В.-88/50 ккал.-85,60/27,5

2.Яйцо варёное В.-1шт. ккал.-63,0

3.Сок В.-200 ккал.-60,0

Обед

1.Щи из свежей капусты на мясном бульоне В.-400 ккал.-165,0

2.Гуляш мясной с гречневым гарниром В.-110/200 ккал.-224,2/357,8

3.Салат из квашенной капусты В.-100 ккал.-89,8

4.Мандарины В.-300 ккал.-141

5.Компот из сухофруктов с лимоном В.-200/20 ккал.-90,0

6.Хлеб ржаной В.-122 ккал.-258,99

Полдник

1. Пирог с творогом В.-220 ккал.-532,52

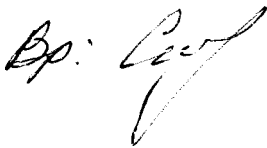
2. Кефир В.-188 ккал.-106,22

Ужин

1. Картофель жаренный с курицей отварной В.-200/49 ккал.-411,5/107,8

2. Хлеб с маслом В.-50/15 ккал.-48,8/112,2

3. Чай сладкий В.-200 ккал.-60,0

Вр: 

Утверждаю:

Директор



Е.И.Волгуцкова

Улица Богдана Хмельницкого 6

На « 13 » апреля 2021

Возрастная категория детей от 12 до 18 лет

В-выход ЭЦ-энергетическая ценность

Меню

Завтрак

1.Каша овсяная молочная В.-300 ккал.-280,56

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

3.Кофе В.-200 ккал.-151,8

2-ой завтрак

1.Хлеб с колбасой В.-88/62 ккал.-86,8/280,24

2.Печенье В.-30 ккал.-186

3.Сок В.-200 ккал.60,0

Обед

1.Суп картофельный с горохом под мясным бульоне В-400 ккал.-283,7

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

3.Салат из соленых огурцов В-100 ккал.-13

4.Яблоки В-300 ккал.-156,0

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

6.Хлеб ржаной В-122 ккал.-258,99

Полдник

1.Вареники ленивые со сметанным соусом В-130/30 ккал.-457,47

2.Кефир В-188 ккал.-106,22

Ужин

1.Рисовый гарнир с рыбными консервами В.-200/79 ккал.-232/102,7

2.Хлеб с маслом В.-50/15 ккал.-48,8/112,2

3.Чай с лимоном В.-200/20 ккал.-70,0

Вр: ССГ