

Директор



И. Волгуцкова

На « 15 » апреля 2021

Возрастная категория детей от 12 до 18 лет

В-выход ЭЦ-энергетическая ценность

Завтрак

- 1.Каша пшеничная молочная В.-300 ккал.-547,5
2.Батон с маслом В.-105/15 ккал.-92,0/112,2
3.Кофе с молоком В.-200 ккал.-151,8

2-ой завтрак

1. Сосисъка в тесте В.-150 ккал.- 304,4
2. Сок В.-200 ккал.-60,0

Обед

- 1.Свекольник вегетарианский со сметаной В.-400/15 ккал.-342,72
- 2.Рыба жареная с картофельным пюре В.-130/230 ккал.-282,36/214,0
- 3.Салат из соленых огурцов В.-100 ккал.-13
- 4.Мандарины В.-300 ккал.-141
- 5.Компот из сухофруктов с лимоном В.-200/20 ккал.-90,0
- 7.Хлеб ржаной В.-122 ккал.-258,99

Полдник

- 1.Запеканка творожно-манная со сметанным соусом В.-105/30 ккал.-236,46
- 2.Хлеб пшеничный В.-88 ккал.-85,60
- 3.Кефир В.-188 ккал.-106,22

Ужин

1. Капуста тушеная с курицей отварной В.-200/69 ккал.-162,8/167,9

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

3. Чай с лимоном В.-200 ккал.-70,0

Вр. С.С.

Утверждаю:

Директор



Е.И.Волгуцкова

Улица Богдана Хмельницкого 6

На « 15 » апреля 2021

Возрастная категория детей от 7 до 11 лет

В-выход ЭЦ-энергетическая ценность

Меню

Завтрак

1.Каша рисовая молочная В.-250 ккал.-299,25

2.Батон с маслом и сыром В.-140/15/20 ккал.-257,6/112,2/68

3.Вафли В.-40 ккал.-205,33

4.Яблоко В.-100 ккал.-52

5.Какао В.-200 ккал.-150,8

2-ой завтрак

1.Сосиська в тесте В.-150 ккал.-304,4

2.Сок В.-200 ккал.-60,0

Обед

1.Свекольник вегетарианский со сметаной В.-350/20 ккал.-299,88

2.Рыба жареная с картофельным пюре В.-130/230 ккал.-282,36/214,0

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

4.Мандарины В.-200 ккал.-94

5.Компот из сухофруктов с лимоном В.-200/40 ккал.-95,0

7.Хлеб ржаной В.-110 ккал.-229,6

Полдник

...ная со сметаной и сахаром В-100/30 ккал.-225,2

...100 ккал.-97,8

...ккал.-113

Пр: Сид

М...