

Утверждаю

Директор



Е.И. Волгуцкова

Улица Богдана Хмельницкого 6

На « 23 » апреля 2021

Возрастная категория детей от 12 до 18 лет

В-выход ЭЦ-энергетическая ценность

Меню

Завтрак

1. Каша манная молочная В.-300 ккал.-

2. Батон с маслом В.-105/15 ккал.-

3. Яйцо варенное В.-1 шт. ккал.-

4. Кофе с молоком В.-200 ккал.-

2-ой завтрак

1. Хлеб с сыром В.-88/37 ккал.-85,60/125,8

2. Сок В.-200 ккал.-60,0

Обед

1. Рассольник на мясном бульоне В-400 ккал.-186

2. Овощное рагу с мясом отварным В.-300 ккал.-378

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

4. Яблоки В.-300 ккал.-156,0

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

6. Хлеб ржаной В.-112 ккал.-258,99

Полдник

1. Вареники ленивые с маслом В.-130 ккал.-371,69

2. Кефир В.-200 ккал.-106,22

Ужин

1.Каша рисовая молочная В.-300 ккал.-359,1

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

3.Чай сладкий В.-200 ккал.- 60,0

Вр: 

Директор

Е.И. Волгуцкова

На « 23 » апреля 2021

В-выход ЭЦ-энергетическая ценность

Завтрак

- 1.Каша манная молочная В.-250 ккал.-375
- 2.Батон с маслом В.-140/15 ккал.-257,6/112,2
- 3.Яйцо вареное В.-1 шт. ккал.-63,0
- 4.Иогурт В.-100 ккал.-119,0
- 5.Яблоко В.-100 ккал.-52
- 6.Чай молочная В.-200 ккал.-99,0

2-ой завтрак

- 1.Хлеб с сыром В.-100/40 ккал.-97,8/136
2.Сок В.-200 ккал.-60,0

Обед

1. Рассольник на мясном бульоне В.-350 ккал.-162,75
2. Овощное рагу с мясом отварным В.-300 ккал.-378
3. Салат из квашенной капусты В.-100 ккал.-89,8
4. Яблоки В.-200 ккал.-104
5. Компот из сухофруктов В.-200 ккал.-87,6
6. Хлеб ржаной В.-110 ккал.-220,3

Полдник

- 1.Вареники ленивые с маслом В.-130 ккал.-371,69
2.Кефир В.-200 ккал.-113

Bp: Cuff