

Утверждаю:

Директор



Улица Богдана Хмельницкого 6

На « 28 » 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. Яйцо вареное В.-1 шт. ккал.-63,0
4. Вафли В.- 40 ккал.-205,33
5. Сок В.- 200 ккал.-60,0

2-ой завтрак

1. Хлеб с сыром В.-100/60 ккал.-97,8/204
2. Сок В.- 200 ккал.-60,0

Обед

1. Щи из свежей капусты на мясном бульоне со сметанной В.-350/10 ккал.-136,0
2. Мясо отварное с гороховым пюре В.- 65/200 ккал.-229,58 /391,20
3. Салат из соленых огурцов В.- 100 ккал.-13
4. Бананы В.- 460 ккал.-409,4
5. Компот из свежих яблок В.-200 ккал.-108,96
6. Хлеб ржаной В.-110 ккал.-220,3

Полдник

1. Запеканка творожно-манная со сметанным соусом В.- 100/20 ккал.-240

2. Печенье В.- 40 ккал.-248

3. Кефир В.-200 ккал.-113

Вр: *Сит*

Утверждаю:

Директор

Е.И.Волгуцкова



Улица Богдана Хмельницкого 6

На «28» апреля 2021

Возрастная категория детей от 11 до 18 лет

В-выход ЭЦ-энергетическая ценность

Меню

Завтрак

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

2. Батон с маслом В.-87,5/15 ккал.-161/112,2

3. Какао В.-200 ккал.-150,8

2-ой завтрак

1. Хлеб с сыром В.-88/37 ккал.-86,0/125,8

2. Сок В.- 200 ккал.-60,0

Обед

1. Щи из свежей капусты на мясном бульоне со сметанной В.-400/10 ккал.-152,6

2. Мясо отварное с гороховым пюре В.-65/200 ккал.-229,58/391,20

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

4. Бананы В.- 520 ккал.-462,8

5. Компот из свежих яблок В.-200 ккал.-108,96

6. Хлеб ржаной В.- 122 ккал.-258,99

Полдник

1. Запеканка творожно-манная со сметанным соусом В.- 100/20 ккал.-240

2. Печенье В.-30 ккал.-186

3. Кефир В.- 188 ккал.- 106,22

Ужин

1. Капуста тушенная с курицей отварной В.-200/42 ккал.-162,8/92,9

2. Хлеб с маслом В.-41,6/15 ккал.-40,6/112,2

3. Чай сладкий В.- 200 ккал.-60,0

Вр: Свф