

Утверждаю:

Директор

Е.И. Волгуцкова

Улица Богдана Хмельницкого 6

На « 29 » 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.-87,5/15 ккал.- 161/122,2
3. Какао В.-200 ккал.-150,8

2-ой завтрак

1. Хлеб с колбасой 88/55 ккал.-86,0/24,86
2. Сок 200 ккал.-60,0

Обед

1. Суп картофельный с горохом на мясном бульоне В.-400 ккал.-264,8
2. Рыба жаренная с тушенной капустой В.-110/150 ккал.- 217,1 /122,1
3. Салат из квашенной капусты В.-100 ккал.-89,8
4. Яблоки В.-300 ккал.-156
5. Компот из свежих апельсинов В.-200 ккал.-108,96
6. Хлеб ржаной В.-122 ккал.-258,99

Полдник

1. Сырники с сахаром В.-100
2. Яйцо вареное В.-1 шт. ккал.-63,0
3. Кефир В.-188 ккал.-106,22

Ужин

1. Курица отварная с тушеным картофелем В.-30/200 ккал.-66,3/122,4

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

3. Чай молочный В.-200 ккал.-99,0

Вс: 125,9

Утверждаю:

Директор

Е.И.Волгуцкова



Улица Богдана Хмельницкого 6

На « 29 » 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.-257,6/122,2
- 3.Сосисъка отварная В.-50 ккал
- 4.Яйцо вареное В.-1 шт. ккал.-63,0
- 5.Яблоко В.-150 ккал-78
- 6.Иогурт В.-60 ккал-71,4
- 7.Какао В.-200 ккал.-150,8

2-ой завтрак

- 1.Хлеб с колбасой В.-100/50 ккал-97,8/22,6
- 2..Сок В.-200 ккал.-60,0

Обед

- 1.Суп картофельный с горохом на мясном бульоне В.-350 ккал.-231,7
- 2.Рыба жаренная с тушенной капустой В.-85/150 ккал.- 167,8/122,1
- 3.Салат из квашенной капусты В.-100 ккал-89,8
- 4.Яблоки В.-300 ккал.-156
- 5 Компот из свежих апельсинов В.- 200 ккал.-108,96
- 6.Хлеб ржаной В.-110 ккал.-220,3

Полдник

1. Сырники с сахаром В.-100/20
2. Яйцо вареное В.-1 шт. ккал.-63,0
3. Кефир В.-200 ккал.-113

Вр: С.С.