



Меню на 15 октября
Завтрак 1 день

<u>Блюда</u>	<u>Вес порций</u>	<u>б</u>	<u>ж</u>	<u>у</u>	<u>Энергетическая ценность</u>
6-10 лет					
Каша молочная с маслом	200	9,08	10,1	35,5	242,63
Сыр	30	6,96	8,85	0	113,7
Кофейный напиток на молоке	200	2,84	2	25,4	119,4
Печенье	20	1,5	1,96	14,88	98
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	13,56	60,3
					634,03
11-18 лет					
Каша молочная с маслом	250	9,08	10,1	35,5	242,63
Сыр	30	6,96	8,85	0	113,7
Кофейный напиток на молоке	200	2,84	2	25,4	119,4
Печенье	20	1,5	1,96	14,88	98
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	13,56	60,3
					634,03

обед

<u>Блюда</u>	<u>Вес порций</u>	<u>б</u>	<u>ж</u>	<u>у</u>	<u>Энергетическая ценность</u>
6-10 лет					
Огурцы свежие	60	0,76	6,09	2,38	67,3
Щи из свежей капусты со сметаной	200/10	5,25	6,5	10,37	139,25
Котлета мясная, соус	80/50	10,25	10,9	12,3	217
Макароньы отварные	150	7,28	7,71	40,61	260,95
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8
Хлеб ржано-пшеничный	2/30	4,08	0,78	27,12	120,6
					889,9
11-18 лет					
Огурцы свежие	60	0,76	6,09	2,38	67,3
Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	5,25	6,5	10,37	139,25
Котлета мясная, соус	100/50	10,25	10,9	12,3	217
Макароньы отварные	200	7,28	7,71	40,61	260,95
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8
Хлеб ржано-пшеничный	2/30	4,08	0,78	27,12	120,6
					889,9

Составил зав. произв. :

Шмидская М.С.