



## МЕНЮ

15.03.2021год

### Горячий завтрак

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции (гр)/ энергетическая ценность (ккал)			
		7-11 лет		12-18 лет	
		Грамм	Ккал	Грамм	Ккал
1	Бутерброд с сыром	50	239	50	239
2	Каша геркулесовая молочная	200	245	250	306
3	Яйцо вареное	1	62	1	62
4	Масло сливочное	10	66	10	66
5	Чай с сахаром	200	61	200	61
	<b>ИТОГО</b>		<b>674</b>		<b>736</b>

### Обед

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции (гр)/ энергетическая ценность (ккал)			
		7-11 лет		12-18 лет	
		Грамм	Ккал	Грамм	Ккал
1	Салат из белокочанной капусты	80	57	100	72
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	100	250	125
3	Куры отварные	100	332	100	332
4	Томатный соус	30	35	30	35
5	Гречка отварная	180	229	200	255
6	Кисель плодово-ягодный из концентрата	200	110	200	110
7	Хлеб пшеничный	40	94	40	94
8	Хлеб ржаной	40	92	40	92
	<b>ИТОГО</b>		<b>1053</b>		<b>1118</b>