



МЕНЮ

18.03.2021год

Горячий завтрак

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции (гр)/ энергетическая ценность (ккал)			
		7-11 лет		12-18 лет	
		Грамм	Ккал	Грамм	Ккал
1	Банан	150	144	150	144
2	Запеканка из творога со сметаной	180	518	200	575
3	Кофейный напиток на молоке	200	128	200	128
4	Батон нарезной с маслом	50	145	50	145
	ИТОГО		935		993

Обед

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции (гр)/ энергетическая ценность (ккал)			
		7-11 лет		12-18 лет	
		Грамм	Ккал	Грамм	Ккал
1	Салат из свеклы	80	58	100	73
2	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	130	250	163
3	Котлеты или биточки рыбные (сом)	100	256	100	256
4	Соус белый с овощами	50	53	50	53
5	Макаронные изделия отварные	180	249	200	277
6	Чай с лимоном	200	86	200	86
7	Хлеб пшеничный	40	94	40	94
8	Хлеб ржаной	40	92	40	92
	ИТОГО		1022		1097