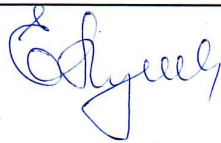


Меню на 07.03.2026 День 13

	12-18 лет	
	выход(г)	эн.цен(ккал.)
<b>Завтрак:</b>		
омлет натуральный	200	279,71
чай с сахаром	200	28,46
хлеб "фитнес"	100	216,82
масло сливочное	12	89,76
сыр	15	54,60
-	-	-
<b>Завтрак 2:</b>		
сок фруктовый	200	83,42
печенье злаковое/пастила (без сахара)	50/15	209,5/46,6
<b>Обед:</b>		
салат из свеклы с огурцами солеными	80	66,96
суп крестьянский с крупой	250	84,18
плов из птицы	270	586,29
компот из малины	200	30,96
хлеб ржаной	120	204,76
-	-	-
-	-	-
<b>Полдник:</b>		
батон	50	131
молоко	200	116,40
-	-	-
-	-	-
<b>Ужин:</b>		
сельдь с луком	100	109,35
жаркое по-домашнему	270	325,92
компот из смеси сухофруктов	200	27,09
хлеб пшеничный	80	173,45
-	-	-
-	-	-
<b>Ужин 2:</b>		
биойогурт	229	101,37

Директор



Е.Н. Лушникова