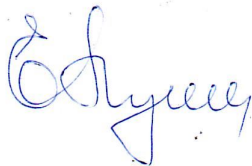


Меню на 20.03.2026 День 12

	12-18 лет		7-11 лет	
	выход(г)	эн.цен(ккал.)	выход(г)	эн.цен(ккал.)
<b>Завтрак:</b>				
каша пшеничная жидкая	220	262,28	200	225,12
какао с молоком	200	97,67	200	95,05
батон отрубной	100	216,82	90	193,05
масло сливочное	12	89,76	10	74,80
-	-	-	-	-
<b>Завтрак 2:</b>				
молоко	200	116,40	150	87,30
-	-	-	-	-
<b>Обед:</b>				
салат-коктейль овощной	80	72,99	80	62,19
щи из свежей капусты с картофелем, с курицей	250	164,25	200	143,58
рыба запеченная с морковью	100	137,59	90	119,47
картофельное пюре	180	139,18	180	139,18
напиток яблочный с лимоном	200	75,32	200	59,20
хлеб ржаной	120	204,76	80	165,17
-	-	-	-	-
<b>Полдник:</b>				
батончик фруктово-злаковый	25	125,10	25	125,10
яблоко	175	82,38	175	82,38
сок фруктовый	200	83,42	200	83,42
-	-	-	-	-
<b>Ужин:</b>				
винегрет овощной	80	74,17	60	60,43
гуляш из отварного мяса	100	258,28	90	243,50
каша перловая рассыпчатая	180	131,72	150	125,89
чай с сахаром	200	28,46	200	25,09
хлеб пшеничный	80	173,45	40	85,80
-	-	-	-	-
<b>Ужин 2:</b>				
биойогурт	229	109,92	150	72

Директор



Е.Н. Лушникова