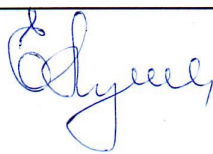


Меню на 09.05.2026 День 6

|                                       | 12-18 лет |               |
|---------------------------------------|-----------|---------------|
| <b>Завтрак:</b>                       | выход(г)  | эн.цен(ккал.) |
| каша овсяная "геркулес"               | 220       | 237,51        |
| чай с сахаром                         | 200       | 28,46         |
| батон отрубной                        | 100       | 216,82        |
| масло сливочное                       | 12        | 89,76         |
| -                                     | -         | -             |
| <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 сыром и чесноком    | 100       | 111,59        |
| борщ сибирский                        | 250       | 93,92         |
| рыба запеченная в омлете              | 100       | 136,23        |
| картофель отварной                    | 180       | 180,88        |
| кисель из кураги                      | 200       | 114,61        |
| хлеб ржаной                           | 120       | 204,76        |
| -                                     | -         | -             |
| <b>Полдник:</b>                       |           |               |
| булочка                               | 50        | 145,01        |
| яблоко                                | 207       | 97,18         |
| чай с сахаром                         | 200       | 28,46         |
| -                                     | -         | -             |
| <b>Ужин:</b>                          |           |               |
| салат из лобы с овощами               | 80        | 120,17        |
| котлеты из говядины                   | 100       | 208,90        |
| капуста тушеная                       | 180       | 122,98        |
| компот из чернослива                  | 200       | 76,38         |
| -                                     | -         | -             |
| хлеб пшеничный                        | 80        | 173,45        |
| <b>Ужин 2:</b>                        |           |               |
| биойогурт                             | 229       | 101,37        |

Директор



Е.Н. Лушникова