

Меню на 20.10.2026 День 9

	12-18 лет		7-11 лет	
	выход(г)	эн.цен(ккал.)	выход(г)	эн.цен(ккал.)
Завтрак:				
каша рисовая с маслом сливочным	220	231,50	200	197,64
какао с молоком	200	97,67	200	95,05
хлеб пшеничный	100	216,82	80	173,45
масло сливочное	12	89,76	10	74,80
сыр	15	54,60	10	37,87
Завтрак 2:				
сок фруктовый	200	83,42	200	83,42
-	-	-	-	-
Обед:				
салат из картофеля с морской капустой и свеклой	80	92,25	60	76,29
борщ с капустой и картофелем	250	184,75	200	151,36
сердце говяжье в соусе	120	144,47	100	103,13
пюре из гороха с маслом	180	267,34	150	238,60
напиток брусничный	200	41,49	200	37,62
хлеб Бородино	120	204,76	-	-
хлеб ржаной	-	-	80	165,17
Полдник:				
батон	50	131	50	131
напиток из кураги	200	75,75	200	70,12
-	-	-	-	-
-	-	-	-	-
Ужин:				
сельдь с луком	100	109,35	80	98,31
картофель запеченный с яйцом и помидорами	250	422,63	220	395,67
чай с лимоном	200	39,28	200	35,80
хлеб пшеничный	80	173,45	50	108,41
-	-	-	-	-
-	-	-	-	-
Ужин 2:				
молоко	200	116,40	-	-
биойогурт	-	-	150	72

и.о директора



Н.Н. Коваль