

Меню
на 10 июня 2022г.

День 6

	7-11лет		12-16 лет	
Наименование блюда	Вес гр	Калорийность	Вес гр	Калорийность
Завтрак				
Запеканка из творога	100/25	316	120/25	363
Какао на молоке	200	135	200	135
Хлеб пшеничный	75	203	90	298
масло сливочное	10	77	10	77
Фрукты	95	192	95	192
Обед				
Огурцы порционные	80	44	100	55
Борщ из свежей капусты на мясокостном бульоне	250	105	300	122
Рыба тушеная с овощами	140	184	160	209
Картофельное пюре	200	186	230	214
Компот из смеси сухофруктов	200	171	200	171
Хлеб пшеничный	75	203	110	298
Хлеб ржаной	80	102	120	154
Сок	200	84	200	84
Фрукты	95	84	95	84