

Меню
на 16 июня 2023г.

День 12

| Наименование блюда | 7-11 лет | | 12-16 лет | |
|--------------------------------------|-----------|--------------|-----------|--------------|
| | Вес гр | Калорийность | Вес гр | Калорийность |
| Завтрак | | | | |
| Оладьи | 200 | 557 | 250 | 677 |
| Йогурт питьевой | 200 | 91 | 200 | 91 |
| Фрукты | 95 | 192 | 95 | 192 |
| Обед | | | | |
| Помидоры порционные | 80 | 47 | 100 | 58 |
| Уха рыбацкая | 250 | 107 | 300 | 128 |
| Запеканка картофельная с мясом | 200 | 394 | 220 | 440 |
| Сок фруктовый | 200 | 84 | 200 | 84 |
| Хлеб пшеничный | 75 | 203 | 110 | 298 |
| Хлеб ржаной | 80 | 102 | 120 | 154 |
| Фрукты | 95 | 192 | 95 | 192 |