

Меню – 06 сентября

Наименование блюда	7-11 лет		12 лет и старше	
	Выход блюд	ЭЦ (ккал)	Выход блюд	ЭЦ (ккал)
завтрак				
Каша мол. вязкая из хлопьев овсяных	210	303	210	303
Геркулес с маслом				
40	136	50	170	
Бутерброд с маслом	40	136	50	170
Какао с молоком	200	119	200	119
Батон	30	78	40	104
Фрукты свежие	1 шт.	38	1 шт.	38
2-й завтрак				
Сок фруктовый	200	53	200	53
Батон	20	52	30	78
обед				
Салат из свежей капусты	70	63	100	90
Рассольник ленинградский со смет. на к.б.	250/5	107	300/5	129
Птица отварная	100	138	100	138
Картофель и овощи, тушеные в соусе	175	252	210	272
Компот из сухофруктов	200	133	200	133
Хлеб ржаной	40	79	60	118
ПОЛДНИК				
Омлет натуральный	105	224	105	224
Компот из свеж. яблок	200	133	200	133
Батон	20	52	30	78
ужин				
Помидоры консерв.	30	22	30	22
Печень по-строгановски	100	185	100	185
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	160/10	180	180/10	226
Чай с лимоном	200/10/7	62	200/10/7	62
Хлеб ржаной/батон	40/20	131	60/30	196
2-й ужин				
Кисломолочный напиток	150	75	180	90
Батон	50	130	50	130

М/с диет. Бел Шеф-повар Кася