

Утверждаю  
Директор



Т. П. Пупенкова

### Меню — 16 сентября

Наименование блюда	7-11 лет		12 лет и старше	
	Выход блюда	ЭЦ (ккал)	Выход блюда	ЭЦ (ккал)
<b>завтрак</b>				
Каша вязкая мол. из риса с маслом слив.	210	213	210	213
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	60 (30/10/20)	208	80 (40/10/30)	278
Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	113	200	113
Батон	20	52	30	78
Фрукт свежий	1 шт.	38	1 шт.	38
<b>2-й завтрак</b>				
Сок фруктовый	200	53	200	53
Батон	20	52	30	78
<b>обед</b>				
Винегрет овощной	70	88	100	125
Суп крестьянский с крупой	250	76	300	86
Гуляш из отварного мяса	100	164	100	164
Каша гречневая вязкая с маслом сливочн.	160/10	180	180/10	332
Компот из сухофруктов	200	133	200	133
Хлеб ржаной	40	79	60	118
<b>полдник</b>				
Яйцо вареное	1 шт.	57	1 шт.	57
Кондитерское изделие (печенье, вафли)	35	89	50	89
Кисель	200	89	200	89
<b>ужин</b>				
Горошек зеленый консерв.	50	48	50	48
Котлета мясная	100	122	100	122
Пюре картофельное с морковью	160	125	200	171
Чай с сахаром	200/10	60	200/10	60
Хлеб ржаной/батон	40/20	131	60/30	196
<b>2-й ужин</b>				
Кисломолочный напиток	150	75	180	90
Батон	50	130	50	130

М/с диет. 

Шеф-повар 