


Утверждаю  
 Директор  Т.П. Пупенкова

**Меню – 08 сентября**

Наименование блюда	7-11 лет		12 лет и старше	
	Выход блюда	ЭЦ (ккал)	Выход блюда	ЭЦ (ккал)
<b>завтрак</b>				
Каша вязкая молочная из риса с маслом слив.	210	113,2	210	113,2
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30/10/20	144,29	40/10/30	207,7
Кофейный напиток с молоком сгущ.	200	128,46	200	128,46
Батон	20	21,88	30	32,82
Фрукты свежие	1 шт.	74,75	1 шт.	74,75
<b>2-й завтрак</b>				
Сок фруктовый	200	115	200	115
Батон	20	21,88	30	32,82
<b>обед</b>				
Салат из свеклы отварной	70	128	100	140,2
Суп картоф.с крупой	250	68,1	300	150,1
Биточки мясные	100	228	100	228
Капуста тушеная	200	184,05	200	184,05
Компот из сухофруктов	200	133	200	133
Хлеб ржаной	40	93,76	60	117,4
<b>полдник</b>				
Омлет натуральный	105	160,7	105	160,7
Компот из свежих яблок	200	126,04	200	126,04
Батон	20	21,88	30	32,82
<b>ужин</b>				
Огурец свеж.	50	4,23	50	4,23
Рыба, тушеная в томате с овощами	100/50	135,46	140/50	155,46
Картофельное пюре	150	173,52	200	243,52
Чай с сахаром	200/10	41,32	200/10	41,32
Хлеб ржаной/батон	40/20	115,64	60/20	150,22
<b>2-й ужин</b>				
Кисломолочный напиток	150	63,3	180	120,3
Батон	50	54,2	50	54,2

М/с диет. 

Шеф-повар 