

Согласовано



Утверждаю

**МЕНЮ****ЗАВТРАК**
(7-11 лет)

20 25 г.

	выход	ккал
1. ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	1190	314,10
2. ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	160	8,40
3. ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	114,90
4. ЧАЙ С САХАРОМ	1200	46,40

ОБЕД

1. СУП РИСОВЫЙ	1200	151,70
2. МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	1150	191,00
3. ГУЛЯШ ИЗ КУР	190	183,10
4. САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	160	31,40
5. ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	114,90
6. КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	1200	38,70

ПОЛДНИК

1. БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ ОБСЫПНАЯ	1100	330,20
2. ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	1200	51,90

итого: 222,97

энергетическая ценность ккал 1576,70

ЗАВТРАК
(12-18 лет)

	выход	
1. ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	1220	319,80
2. ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	160	8,40
3. ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	170	160,80
4. ЧАЙ С САХАРОМ	1200	64,80

ОБЕД

1. СУП РИСОВЫЙ	1250	192,40
2. МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	1180	264,60
3. ГУЛЯШ ИЗ КУР	1100	209,50
4. САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	160	31,40
5. ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	114,90
6. КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	1200	50,30

ПОЛДНИК

1. БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ ОБСЫПНАЯ	1150	495,30
2. ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	1200	51,90

итого: 251,47

энергетическая ценность ккал 1964,10

Повар