



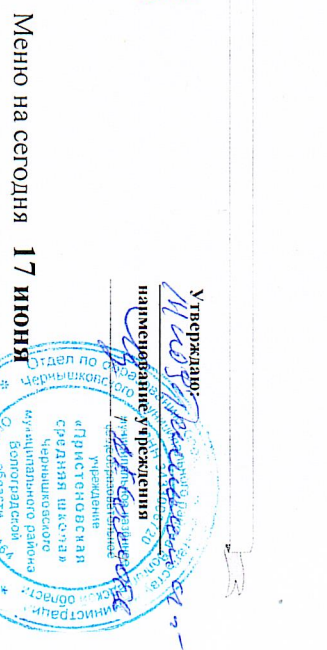
Меню на сегодня 16 июня

Завтрак

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Бутерброд со сливочным маслом	30/20	30/20	209	209
Каши рисовая вязкая на молоке	250	250	369	369
Чай чёрный с сахаром	180	200	52	57.7
Хлеб пшеничный в/с	30	50	57	95

Обед

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Овощи свежие (нарезка)	60	100	12	15
Борщ со свежей капустой, картофелем и фасолью	200	250	254	254
Гуляш	90	100	283	283
Каши перловая со сливочным маслом	140/10	170/10	215	241
Сок мультивитаминный	200	200	92	92
Хлеб пшеничный	40	40	76	76
Хлеб ржаной	40	40	84	84



Меню на сегодня 17 июня

Завтрак

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Бутерброд со сливочным маслом	30/20	30/20	209	209
Каши овсяная вязкая на молоке	250	250	348	348
Чай чёрный с сахаром	180	200	52	57.7
Яблоко	100	100	44	44
Хлеб пшеничный в/с	30	50	57	95

Обед

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Салат из белокачанной капусты	60	100	72	120
Рассольник Петербургский	200	250	155	155
Филе кур, тушёное в соусе	90	100	151	167
Рис отварной со сливочным маслом	140/10	170/10	202	242
Чай с лимоном	200/7	200/7	57	57
Хлеб пшеничный	40	40	76	76
Хлеб ржаной	40	40	84	84



Меню на сегодня 18 июня



Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Бутерброд с сыром и сливочным маслом	30/25/10	30/10/25	220	220
Суп молочный с макаронными изделиями	250	250	215	215
Чай чёрный с сахаром	180	200	52	57.7
Хлеб пшеничный в/с	30	50	57	95

Обед

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Овощи свежие (нарезка)	60	100	12	15
Суп с макаронными изделиями и картофелем на к/б	200	250	101	101
Плов	200	200	248	248
Сок мультифруктовый	200	200	92	92
Хлеб пшеничный	40	40	76	76
Хлеб ржаной	40	40	84	84



Меню на сегодня 19 июня



Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Бутерброд со сливочным маслом	30/20	30/20	209	209
Каши молочная вязкая на молоке	250	250	348	348
Какао с молоком	200	200	137	57.7
Хлеб пшеничный в/с	30	50	57	95

Обед

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Салат овощной Свежест	60	100	92	153
Суп картофельный с рисом на к/б	200	250	109	109
Рыба припущенная (филе латгусевск)	90	100	166	184
Картофельное пюре со сливочным маслом	140/10	170/10	190	228
Чай с лимоном	200/7	200/7	57	57
Хлеб пшеничный	40	40	76	76
Хлеб ржаной	40	40	84	84



Меню на сегодня 20 июня



Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Каши пшеница вязкая на молоке	250	250	348	348
Ватрушки вишневый	37	37	178	178
Чай чёрный с сахаром	180	200	52	57.7
Хлеб пшеничный в/с	30	50	57	95

Обед

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Салат из свежих помидоров и огурцов	60	100	50	83
Суп картофельный с горохом на кв	200	250	148	148
Котлета куриная Приоскольская	100	100	430	430
Макаронные изделия отварные со сливочным маслом	140/10	170/10	222	266
Кусель плодово-ягодный*	180	180	114	114
Хлеб пшеничный	40	40	76	76
Хлеб ржачий	40	40	84	84



Меню на сегодня 23 июня



Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Булгур с овощами и маслом	30/20	30/20	209	209
Каша рисовая вязкая на молоке	250	250	369	369
Чай чёрный с сахаром	180	200	52	57.7
Яблоко	100	100	44	44
Хлеб пшеничный в/с	30	50	57	95

Обед

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Овощи свежие (нарезка)	60	100	12	15
Борщ со свежей капустой, картофелем и фасолью	200	250	254	254
Гречка	90	100	283	283
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	140/10	180	233	279
Компот из смеси сухофруктов*	200	200	132	132
Хлеб пшеничный	40	40	76	76
Хлеб ржачий	40	40	84	84