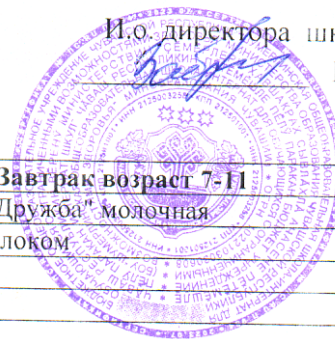


МЕНЮ 25.04.2024

11 день



| Белки | Жиры | Углеводы | Калории | Выход | |
|------------------------------|-------|----------|---------|-------|--|
| Завтрак возраст 7-11 | | | | | |
| 8,00 | 11,00 | 31,20 | 259,30 | 200 | Каша из пшена и риса "Дружба" молочная |
| 1,70 | 1,20 | 19,80 | 101,70 | 200 | Кофейный напиток с молоком |
| 7,50 | 2,90 | 61,40 | 295,50 | 100 | Батон нарезной |
| 0,07 | 7,80 | 0,10 | 70,90 | 10 | Масло сливочное |
| 1,36 | 0,34 | 16,10 | 79,30 | 170 | Фрукты в ассортименте |
| Завтрак возраст 12-18 | | | | | |
| 8,00 | 11,00 | 31,20 | 259,30 | 250 | Каша из пшена и риса "Дружба" молочная |
| 1,70 | 1,20 | 19,80 | 101,70 | 200 | Кофейный напиток с молоком |
| 7,50 | 2,90 | 61,40 | 295,50 | 100 | Батон нарезной |
| 0,07 | 7,80 | 0,10 | 70,90 | 10 | Масло сливочное |
| 1,36 | 0,34 | 16,10 | 79,30 | 170 | Фрукты в ассортименте |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калории | Выход | |
|---------------------------|------|----------|---------|-------|---|
| Обед возраст 7-11 | | | | | |
| 1,12 | 0,10 | 3,50 | 20,00 | 100 | Овощи натуральные соленые |
| 8,10 | 6,50 | 10,00 | 127,10 | 250 | Щи из свежей капусты с картофелем |
| 15,60 | 6,00 | 4,80 | 147,20 | 75/50 | Рыба отварная, запеченная в сметанном соусе |
| 3,67 | 5,42 | 36,67 | 210,11 | 150 | Рис отварной |
| 0,00 | 0,00 | 14,90 | 56,80 | 200 | Чай с сахаром |
| 9,90 | 1,65 | 61,50 | 309,00 | 150 | Хлеб ржано-пшеничный |
| Обед возраст 12-18 | | | | | |
| 1,12 | 0,10 | 3,50 | 20,00 | 100 | Овощи натуральные соленые |
| 2,40 | 7,60 | 13,00 | 132,00 | 250 | Щи из свежей капусты с картофелем |
| 15,60 | 6,00 | 4,80 | 147,20 | 75/50 | Рыба отварная, запеченная в сметанном соусе |
| 4,89 | 7,23 | 48,89 | 280,15 | 200 | Рис отварной |
| 0,00 | 0,00 | 14,90 | 56,80 | 200 | Чай с сахаром |
| 9,90 | 1,65 | 61,50 | 309,00 | 150 | Хлеб ржано-пшеничный |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калории | Выход | |
|------------------------------|------|----------|---------|-------|---------------|
| Полдник возраст 7-11 | | | | | |
| 1,00 | 0,20 | 20,20 | 86,20 | 200 | Сок фруктовый |
| 0,80 | 5,20 | 13,20 | 129,0 | 20 | Вафли |
| Полдник возраст 12-18 | | | | | |
| 1,00 | 0,20 | 20,20 | 86,20 | 200 | Сок фруктовый |
| 0,80 | 5,20 | 13,20 | 129,0 | 20 | Вафли |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калории | Выход | |
|---------------------------|-------|----------|---------|-------|--------------------------|
| Ужин возраст 7-11 | | | | | |
| 2,10 | 5,30 | 16,60 | 122,30 | 100 | Салат картофельный |
| 4,20 | 8,80 | 9,20 | 160,60 | 200 | Капуста тушеная |
| 21,09 | 16,90 | 4,40 | 230,10 | 100 | Суфле из отварной курицы |
| 5,08 | 4,60 | 0,28 | 62,84 | 40 | Яйцо вареное |
| 0,30 | 0,00 | 30,80 | 121,00 | 200 | Компот из сухофруктов |
| 0,07 | 7,80 | 0,10 | 70,90 | 10 | Масло сливочное |
| 7,50 | 2,90 | 61,40 | 295,50 | 100 | Батон нарезной |
| Ужин возраст 12-18 | | | | | |
| 2,10 | 5,30 | 16,60 | 122,30 | 100 | Салат картофельный |
| 6,30 | 13,20 | 13,80 | 240,90 | 300 | Капуста тушеная |
| 21,09 | 16,90 | 4,40 | 230,10 | 100 | Суфле из отварной курицы |
| 5,08 | 4,60 | 0,28 | 62,84 | 40 | Яйцо вареное |
| 0,30 | 0,00 | 30,80 | 121,00 | 200 | Компот из сухофруктов |
| 0,07 | 7,80 | 0,10 | 70,90 | 10 | Масло сливочное |
| 7,50 | 2,90 | 61,40 | 295,50 | 100 | Батон нарезной |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калории | Выход | |
|------------------------------|------|----------|---------|-------|-----------------------|
| II ужин возраст 7-11 | | | | | |
| 6,00 | 5,00 | 8,4 | 102,00 | 200 | Ряженка |
| 0,80 | 0,20 | 9,47 | 46,70 | 100 | Фрукты в ассортименте |
| II ужин возраст 12-18 | | | | | |