

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Меню на 19.11. 2024 г** | **Масса порции** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| **Завтрак: 09.10** | 7-11 лет | 11-18 лет | 7-11 лет | 11-18 лет |
| Каша из пшена и риса молочная | 200 гр. | 200 гр. | 183,40 | 183,40 |
| Чай | 200 гр. | 200 гр. | 40,00 | 40,00 |
| Хлеб пшеничный  | 50 гр.  | 50 гр.  | 116,90 | 116,90 |
| Сыр порциями (российский) | 20 гр. | 20 гр. | 71,66 | 71,66 |
| **Итого за завтрак** |  |  | **295,06** | **295,06** |
| **Обед: 10.50- 14.00** |  |  |  |  |
| Огурец свежий | 60 гр. | 60 гр. | 7,20 | 7,20 |
| Фрукт свежий | 100 гр. | 100 гр. | 56,40 | 56,40 |
| Суп из овощей с мясом птицы  | 250\6 гр. | 250\6 гр. | 121,45 | 121,45 |
| Говядина тушеная | 80\30 гр.  | 80\30 гр.  | 212,25 | 212,25 |
| Пюре картофельное | 150 гр. | 200 гр. | 137,25 | 146,30 |
| Хлеб пшеничный  | 19гр.  | 19гр.  | 44,53 | 44,53 |
| Хлеб ржаной  | 63 гр. | 63 гр. | 143,02 | 143,02 |
| Компот из с\фр. | 200 гр. | 200 гр. | 132,80 | 132,80 |
| **Итого за обед** |  |  | **945,90** | **863,95** |
| **Всего за день** |  |  | **1149,96** | **1159,01** |