



**ПЯТНИЦА**

**14.10.2022**

**Меню (завтрак)**

Наименование блюда	Масса 7-11 лет	Масса 12-18 лет
Оладьи с джемом (повидлом)	150	225
Йогурт фруктовый	125	125
Чай с низким содержанием сахара	200	200
<b>Итого за прием пищи</b>	<b>475</b>	<b>550</b>
<b>Энергетическая ценность (калорийность)</b>	<b>470.5</b>	<b>629.5</b>

**Меню (обед)**

Наименование блюда	Масса 7-11 лет	Масса 12-18 лет
Огурец свежий	20	20
Суп из овощей со сметаной	200	250
Тефтели рыбные с томатным соусом	80	160
Пюре картофельное	1 50	180
Компот из сухофруктов	200	200
Кондитерское изделие без крема	20	20
Хлеб ржаной	20	20
<b>Итого за прием пищи</b>	<b>720</b>	<b>880</b>
<b>Энергетическая ценность (калорийность)</b>	<b>720.9</b>	<b>894.3</b>