



СРЕДА

20.11.2024

Меню (завтрак)

Наименование блюда	Масса (г) 7-11 лет	Масса (г) 12-18 лет
День 3		
Запеканка творожная с молоком сгущенным	200	225
Чай с сахаром	200	200
Батон	20	20
Итого за прием пищи	405	455
Энергетическая ценность (калорийность)	515.8	583.5

Меню (обед)

Наименование блюда	Масса 7-11 лет	Масса 12-18 лет
День 3		
Огурец свежий	60	100
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	250
Тефтели из курицы с томатным соусом	90/30	100/60
Каша гречневая рассыпчатая	180	180
Хлеб ржаной	40	40
Чай с сахаром	200	200
Итого за прием пищи	850	930
Энергетическая ценность (калорийность)	790.1	1000.8