

Утверждаю



## ЧЕТВЕРГ

12.12.2024

### Меню (завтрак)

| Наименование блюда                     | Масса<br>7-11 лет | Масса<br>12-18 лет |
|----------------------------------------|-------------------|--------------------|
| Котлета рыбная                         | 80                | 100                |
| Картофельное пюре                      | 150               | 180                |
| Огурец свежий                          | 20                | 20                 |
| Чай без сахара                         | 200               | 200                |
| Батон                                  | 25                | 25                 |
| Кондитерское изделие                   | 20                | 20                 |
| Итого за прием пищи                    | 495               | 545                |
| Энергетическая ценность (калорийность) | 477.1             | 542.3              |

### Меню (обед)

| Наименование блюда                          | Масса<br>7-11 лет | Масса<br>12-18 лет |
|---------------------------------------------|-------------------|--------------------|
| Огурец свежий                               | 60                | 100                |
| Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной | 250               | 250                |
| Плов                                        | 200               | 200                |
| Компот из ягод с/м                          | 200               | 200                |
| Выпечное изделие                            | 60                | 60                 |
| Хлеб ржаной                                 | 20                | 20                 |
| Итого за прием пищи                         | 790               | 830                |
| Энергетическая ценность (калорийность)      | 843.8             | 950.8              |