



## ПОНЕДЕЛЬНИК

16.01.2023

### Меню (завтрак)

Наименование блюда	Масса (г) 12-18 лет
<b>День 1</b>	
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200
Бутерброд горячий с ветчиной и сыром	25/20/30
Какао с молоком	200
<b>Итого за прием пищи</b>	<b>495</b>
<b>Энергетическая ценность (калорийность)</b>	<b>583.5</b>

### Меню (обед)

Наименование блюда	Масса 12-18лет
<b>День 1</b>	
Огурец свежий	35
Суп картофельный с бобовыми (с горохом лущёным)	250
Гуляш из говядины	100
Макаронные изделия отварные	180
Компот из сухофруктов	200
Хлеб ржаной	30
<b>Итого за прием пищи</b>	<b>795</b>
<b>Энергетическая ценность (калорийность)</b>	<b>940.8</b>