

Утверждаю



**ПЯТНИЦА**

**21.04.2023**

**Меню (завтрак)**

| Наименование блюда                     | Масса<br>12-18 лет |
|----------------------------------------|--------------------|
| Оладьи с джемом                        | 150                |
| Йогурт фруктовый                       | 125                |
| Чай с низким содержанием сахара        | 200                |
| Итого за прием пищи                    | 475                |
| Энергетическая ценность (калорийность) | 470.5              |

**Меню (обед)**

| Наименование блюда                     | Масса<br>12-18 лет |
|----------------------------------------|--------------------|
| Огурец свежий                          | 20                 |
| Суп из овощей со сметаной              | 200                |
| Тефтели рыбные с томатным соусом       | 80                 |
| Пюре картофельное                      | 150                |
| Чай с сахаром                          | 200                |
| Кондитерское изделие без крема         | 20                 |
| Хлеб ржаной                            | 20                 |
| Итого за прием пищи                    | 720                |
| Энергетическая ценность (калорийность) | 720.9              |