



**ПЯТНИЦА**

**26.01.2024**

**Меню (завтрак)**

| Наименование блюда                     | Масса<br>7-11 лет |
|----------------------------------------|-------------------|
| Оладьи с джемом (повидлом)             | 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>7-11 лет |
|----------------------------------------|-------------------|
| Огурец свежий                          | 20                |
| Суп из овощей со сметаной              | 200               |
| Тефтели рыбные с томатным соусом       | 80                |
| Пюре картофельное                      | 150               |
| Компот из ягод и фруктов с/м           | 200               |
| Хлеб ржаной                            | 20                |
| Итого за прием пищи                    | 720               |
| Энергетическая ценность (калорийность) | 720.9             |