



Меню на сегодня 2 июня

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Бутерброд со сливочным маслом	30/20	30/20	209	209
Каша рисовая вязкая на молоке	250	250	369	369
Чай чёрный с сахаром	180	200	52	57.7
Хлеб пшеничный в/с	30	50	57	95

Обед

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Овощи свежие (нарезка)	60	100	12	15
Ворты со свежей капустой, картофелем и фасолью	200	250	254	254
Гуляш	90	100	283	283
Каша перловая со сливочным маслом	140/10	170/10	215	241
Сок мультифруктовый	200	200	92	92
Хлеб пшеничный	40	40	76	76
Хлеб ржаной	40	40	84	84

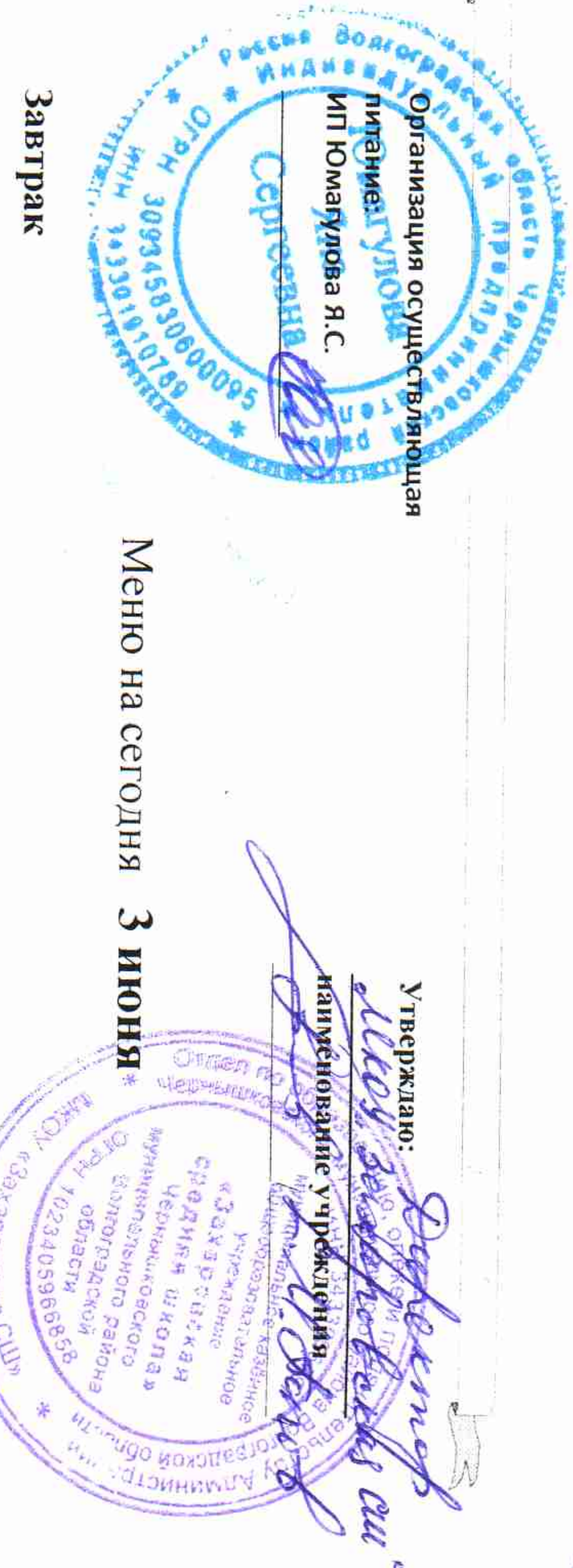


Завтрак

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Бутерброд со сливочным маслом	30/20	30/20	209	209
Каша ячневая вязкая на молоке	250	250	348	348
Чай чёрный с сахаром	180	200	52	57.7
Йогурт	100	100	44	44
Хлеб пшеничный в/с	30	50	57	95

Меню на сегодня 3 июня

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Салат из белокочанной капусты	60	100	72	120
Рассольник Петербургский	200	250	155	155
Филе кур, тушённое в соусе	90	100	151	167
Рис отварной со сливочным маслом	140/10	170/10	202	242
Чай с лимоном	200/7	200/7	57	57
Хлеб пшеничный	40	40	76	76
Хлеб ржаной	40	40	84	84





Меню на сегодня 4 июня



Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Бутерброд с сыром и сливочным маслом	30/25/10	30/10/25	220	220
Суп молочный с макаронными изделиями	250	250	215	215
Чай чёрный с сахаром	180	200	52	57.7
Хлеб пшеничный в/с	30	50	57	95

Обед

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Огурцы свежие (нарезка)	60	100	12	15
Суп с макаронными изделиями и картофелем на к/б	200	250	101	101
Плов	200	200	248	248
Сок мультифруктовый	200	200	92	92
Хлеб пшеничный	40	40	76	76
Хлеб ржаной	40	40	84	84



Меню на сегодня 5 июня



Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Бутерброд со сливочным маслом	30/20	30/20	209	209
Каша манная вязкая на молоке	250	250	348	348
Какао с молоком	200	200	137	57.7
Хлеб пшеничный в/с	30	50	57	95

Обед

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Салат овощной Свежесть	60	100	92	153
Суп картофельный с рисом на к/б	200	250	109	109
Рыба припущенная (филе пангасиуса)	90	100	166	184
Картофельное пюре со сливочным маслом	140/10	170/10	190	228
Чай с лимоном	200/7	200/7	57	57
Хлеб пшеничный	40	40	76	76
Хлеб ржаной	40	40	84	84



Меню на сегодня 6 июня



Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Каши пшённая вязкая на молоке	250	250	348	348
Батончик вафельный	37	37	178	178
Чай чёрный с сахаром	180	200	52	57.7
Хлеб пшеничный в/с	30	50	57	95

Обед

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Салат из свежих помидоров и огурцов	60	100	50	83
Суп картофельный с горохом на к/б	200	250	148	148
Комплет куриная Приоскольская	100	100	430	430
Макаронные изделия отварные со сливочным маслом	140/10	170/10	222	266
Кисель плодово-ягодный*	180	180	114	114
Хлеб пшеничный	40	40	76	76
Хлеб ржаной	40	40	84	84



Меню на сегодня 9 июня



Завтрак

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Бутерброд со сливочным маслом	30/20	30/20	209	209
Каши рисовая вязкая на молоке	250	250	369	369
Чай чёрный с сахаром	180	200	52	57.7
Яблоко	100	100	44	44
Хлеб пшеничный в/с	30	50	57	95

Обед

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.	
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет
Овощи свежие (нарезка)	60	100	12	15
Борщ со свежей капустой, картофелем и фасолью	200	250	254	254
Гуляш	90	100	283	283
Каши гречневая рассычатая с маслом сливочным	140/10	180	233	279
Компот из смеси сухофруктов*	200	200	132	132
Хлеб пшеничный	40	40	76	76
Хлеб ржаной	40	40	84	84