

**МЕНЮ** для организованного питания детей общеобразовательных школ с дневным пребыванием детей с 7 до 11 лет и с 12 до 18 лет г. Мурманск.

На «23» апреля 2021 г.



Согласовано:

Директор учебного заведения

Т.С. Касьяненко

23 ДЕНЬ

Директор МАУО «ЦШП»

Любетко М.А.



Наименование блюда	с 7 до 11 лет		с 12 до 18 лет	
	Выход блюда, гр.	Калорийность, ккал	Выход блюда, гр.	Калорийность, ккал
<b>Завтрак</b>				
Каша жидкая молочная из гречневой крупы	180	287,97	220	351,96
Масло сливочное	15	112,20	15	112,20
Хлеб пшеничный	55	129,25	60	141,00
Чай с лимоном	200	61,00	200	61,00

**Обед**

Салат из белокочанной капусты с морковью	60	81,60	100	136,00
Рассольник Ленинградский	230	111,55	280	135,80
Рыба тушеная в томате с овощами	70/70	176,43	70/70	176,43
Рис отварной	150	204,60	220	300,08
Плоды свежие (мандарин)	100	38,00	100	38,00
Хлеб пшеничный	45	105,75	45	105,75
Напиток из шиповника	200	97,00	200	97,00

**Полдник 20-25%**

Запеканка из творога с соусом шоколадным	160/30	479,36	160/30	479,36
Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	81,00	200	81,00
Плоды свежие (апельсин)	100	43,00	100	43,00

**Полдник 15%**

Йогурт фруктово-ягодный 1,5%	200	142,00	200	142,00
Хлебец «Калорийный»	60	234,41	75	293,03

Маш / Молодых И.И.