

Меню завтрак и обед
Для обучающихся 2-4 классов
день четвертый

	Наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность ккал
Завтрак			
1	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных с маслом сливочным	200/10	230,36
2	Сыр Российский	15	54
3	Хлеб целебный йодообогащенный	40	81,77
4	Пряник весовой	50	167,9
5	Вафля	40	127,88
6	Кофейный напиток с молоком	200	100,6
	ИТОГО:	555	762,51
Обед			
1	Суп из овощей со сметаной	250/10	162,8
2	Котлеты из мяса птицы-бройлера	100	265
3	Гарнир из пшеничной крупы	180	320,4
4	Овощи натуральные свежие или соленые (помидоры)	100	22
5	Хлеб пшеничный	20	42 , 8
6	Хлеб ржаной	30	77,7
7	Компот из смеси сухофруктов (С-витаминизация)	200/60 мг	132,8
	ИТОГО:	890	1023,5
	Итого за весь день:	1445	1786,01

