

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

	Наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность ккал
Завтрак			
1	Лапшевник с творогом со сгущенным молоком	200/10	373
2	Сыр Российский	15	54
3	Хлеб целебный йодообогащенный	40	81,77
4	Фрукты свежие по сезону	1 шт	94
5	Чай с сахаром	200/15	52
	ИТОГО:	665	654,77
Обед			
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	171,04
2	Плов из мяса птицы-бройлера	250	407,35
3	Овощи натуральные свежие или соленые (огурцы)	100	12
4	Хлеб пшеничный	20	42 , 8
5	Хлеб ржаной	30	77,7
6	Кисель из сока (С-витаминизация)	200/60мг	123,6
	ИТОГО:	860	834,49
	Итого за весь день:	1525	1489,26