



Утверждаю

Директор

О.Д.Меньшова

2021 год

**Ежедневное меню  
на 17 марта 2021 года**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Макароны с маслом и тертым сыром	200	297,77
	Напиток апельсиновый	200	110,00
	Яблоки свежие	140	143,00
	Ватрушка с творогом	120	225,1
<b>Итого за завтрак</b>		<b>680</b>	<b>852,87 (34%)</b>
обед	Рассольник по-ленинградски	250	121,5
	Рис отварной	150	179,1
	Котлета мясная	90	249,3
	Чай с лимоном	200	67,8
	Хлеб ржаной	25	77,0
	Хлеб пшеничный	25	79,8
<b>Итого за обед</b>		<b>670</b>	<b>774,5 (30%)</b>
полдник	Фрукты свежие	100	28,20
	Кондитерское изделие	50	201,12
		<b>150</b>	<b>229,32</b>
	<b>Итого (завтрак, обед, полдник)</b>	<b>1470</b>	<b>1608,65 (64%)</b>