

Утверждаю
директор МКОУ «ЦО Краснолесский»
_____/Агеева Н.В./

Меню
на **30 октября 2023** года

Завтрак

| Наименование | Масса порции | Калорийность порции |
|----------------------------|---------------------|----------------------------|
| Пудинг творожный | 150 | 336 |
| Сгущенное молоко | 20 | 65,5 |
| Кофейный напиток | 200 | 91 |
| Закрытый бутерброд с сыром | 60 | 198,45 |

Обед

| Наименование | Масса порции | Калорийность порции |
|------------------------------|---------------------|----------------------------|
| Салат из свеклы с сыром | 80 | 148 |
| Суп с консерв. горошком | 250 | 135 |
| Рыба припущенная в молоке | 100 | 295 |
| Картофель отварной | 180 | 93,5 |
| Хлеб ржаной | 40 | 104,4 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 53 |
| Компот из апельсин с лимоном | 200 | 103,95 |

Полдник

| Наименование | Масса порции | Калорийность порции |
|---------------------|---------------------|----------------------------|
| Апельсин | 200 | 66 |
| Вафли | 200 | 106,7 |
| Молоко кипяченое | 200 | 21,7 |