

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