

## Меню на 03.10.2024 г

Старшие классы 12 лет и старше

### **ЗАВТРАК**

<b>№ тех. Карта и №рец.</b>	<b>Приём пищи, наименование блюда</b>	<b>Масса порц., г</b>	<b>Энерг. ценнос ть, ккал.</b>
<b>3/4</b>	<b>Каша манная на молоке с сахаром и маслом</b>	<b>150</b>	<b>197,11</b>
<b>9/1</b>	<b>Бутерброд с маслом</b>	<b>60</b>	<b>129,10</b>
<b>17/399</b>	<b>Сок фруктовый</b>	<b>200</b>	<b>38,76</b>
<b>386</b>	<b>Йогурт</b>	<b>95</b>	<b>106,00</b>

### **ОБЕД**

<b>№ тех. Карта и № рец</b>	<b>Приём пищи, наименование блюда</b>	<b>Масса порции , г</b>	<b>Энерг. Ценность , ккал.</b>
<b>210</b>	<b>Суп рыбный</b>	<b>250</b>	<b>51,47</b>
<b>30/379</b>	<b>Жаркое по домашнему</b>	<b>200</b>	<b>330,00</b>
<b>174/13 9</b>	<b>Выпечка</b>	<b>70</b>	<b>153,59</b>
<b>7</b>	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>100</b>	<b>181,0</b>
<b>349</b>	<b>Компот из сухофруктов витаминизированный</b>	<b>200</b>	<b>94,3</b>