

## Меню на 11.10.2024 г

**С 12 лет и старше**

### **ЗАВТРАК**

№ тех. Карта и №рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порц., г	Энерг. Ценнос ть, ккал.
304/35	Рис отварной с сосиской вареной	240	349
7	Хлеб ржаной	60	90
389	Сок фруктовый	200	85
2/9	Хлеб пшеничный с маслом	50	129
	Йогурт	95	100
338	Яблоко	100	47

### **ОБЕД**

№ тех. Карта и №рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порц., г	Энерг. ценнос ть, ккал.
187	Щи из свежей капусты с картофелем и мясом со сметаной	250	186,2
309	Макароны отварные	180	605,7
35	Сосиска отварная	90	139,21
7	Хлеб ржаной	100	181
	Выпечка	70	130,00
17/399	Сок фруктовый	200	84,8