

## Меню на 20.03.2025 г

Старшие классы 12 лет и старше

### ЗАВТРАК

№ тех. Карта и №рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порц., г	Энерг. ценнос ть, ккал.
304	Рис отварной	150	471
609	Котлета особая мясная	90	261
7	Хлеб ржаной	50	90
867	Компот из изюма	200	38
454	Выпечка	80	160

### ОБЕД

№ тех. Карта и № рец	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции , г	Энерг. Ценность , ккал.
210	Суп рыбный	250	51,47
37/492	Плов из курицы	200	330
7	Хлеб ржаной	100	181,0
349	Компот из сухофруктов витаминизированный	200	94,3
2/9	Хлеб пшеничный с маслом	50	129