

# МЕНЮ НА 10.12.2025Г

## Старшие классы с 12 лет и старше

### ЗАВТРАК

№ тех. Карта и №рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порц., г	Энерг. ценнос ть, ккал.
33/489	Рагу из птицы	150	272
16/693	Какао с молоком	200	177
7	Хлеб ржаной	60	90
338	Яблоко	100	47
2\8	Хлеб пшеничный сыром	50	335

### ОБЕД

№ тех. Карта и №рец	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции , г	Энерг. ценность , ккал.
169	Борщ со свежей капустой и картофелем на мясном бульоне	200	163,5
312	Пюре картофельное	180	313,23
377	Чай с сахаром и лимоном	200	114,66
7	Хлеб ржаной	100	181
124/66	Котлета рыбная	100	101,3
454	Выпечка	70	164
	Овощи порционные	60	47

