



# МЕНЮ

На 22.06.2023

	Прием пищи	Выход блюда		
		Садик 2-3 /3-7	Школа 7-11	Ккал
<b>Завтрак</b>				
1.	Каша пшенная	150/200		144/192
2.	Хлеб с маслом	35/10		108
3.	Чай с сахаром	150/200		21/28
<b>Второй завтрак</b>				
1.	Яблоко	100		41
<b>Обед</b>				
1.	Борщ со сметаной	150/200		102/136
2.	Плов из мяса говядины	120/130		247/269
3.	Компот из свежих плодов	150/180		70/84
4.	Хлеб	90		192
<b>Полдник</b>				
1.	Запеканка творожная со сметаной	90		151
2.	Чай с сахаром	150/200		21/28