УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ СРЦН

«Мой семейный центр»

Оленинского муниципального

округа» Тверской области

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Прозорова

«\_\_\_22\_\_» \_\_\_ИЮЛЯ\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2021\_\_\_г.

**МЕНЮ НА 22.07. 21 г**

|  |  |
| --- | --- |
| **ЗАВТРАК** | **Вес порции 11-18 лет, 7-11 лет, 3-7 лет** |
| ОМЛЕТ | 100-80-80 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 200-200-180 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ МАСЛО | 70-50-26 |
|  |  |
| **ОБЕД** |  |
| САЛАТ СВЕКЛА | 100-80-60 |
| СУП РЫБНЫЙ | 300.250-200 |
| КОТЛЕТА МЯСНАЯ | 120-80-80 |
| МАКАРОНЫ | 230-200-150 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 120-80-50 |
| КОМПОТ | 200-200-150 |
|  |  |
| **ПОЛДНИК** |  |
| СОК | 200-200-100 |
| ЯБЛОКО | 200-200-100 |
| ПЕЧЕНЬЕ | 15-10-20 |
|  |  |
| **УЖИН 1** |  |
| КУРА ОТВАРНАЯ | 100-70-45 |
| РАГУ ОВОЩНОЕ | 220-200-180 |
| ЧАЙ | 200-200-180 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70-50-27 |
|  |  |
| **УЖИН 2** |  |
| ЙОГУРТ | 200-200-150 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70-50-27 |
|  |  |
| **КАЛОРИЙНОСТЬ** |  |
| 2847-2419-1835 ККАЛ. |  |

М\С. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ЦВЕТКОВА С.В.