



УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ «Заветинская НШ-ДС»



« 19 » октября 2023 года (четверг 3 неделя)

*комплексный завтрак, обед (льготное)*

№ п.п.	Наименование	Масса порции (г.)	Энергетическая ценность(ккал)
1.	Салат из белокочанной капусты	60	52,9
2.	Котлета домашняя с соусом сметанно-томатным	110	199,16
3.	Макароны отварные	150	202,05
4.	Чай с молоком	200	68,42
5.	Хлеб пшеничный	50	125
	<b>Итого завтрак</b>	<b>570</b>	<b>647,53</b>
1.	Винегрет овощной	60	55,34
2.	Суп из овощей на курином бульоне со сметаной	210	104,44
3.	Бефстроганов из куриного филе	110	186,01
4.	Рис отварной с маслом сливочным	150	199,55
5.	Компот из ягод	200	54,29
6.	Хлеб ржано-пшеничный	40	80
7.	Хлеб пшеничный	30	75
	<b>Итого обед</b>	<b>800</b>	<b>754,63</b>

*Приятного аппетита!*