



**МЕНЮ на 15 ноября 2021 года**

Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, кк.
<b>Завтрак 5-11 классов</b>					
Курица отварная	75	16,25	10	-	155
Макароны с маслом	75/5	2,67	3,93	14,96	105,99
Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	0,22	45,98
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	9,98	40
<b>Обед в группе продленного дня</b>					
Рассольник по-ленинградски	250	2,20	9,87	2,27	117,90
Котлета куриная	50	8,68	4,75	8,01	110
Гречка рассыпчатая с маслом	100	6	3	27	155
чай с сахаром	185/15	0,07	0,02	15,0	60
Хлеб рж.	30	6,6	1,1	41,0	206
Хлеб пш.	20	7,5	2,8	50,5	263
<b>Полдник в группе продленного дня</b>					
Бутерброд с маслом	20/10	6,68	3,52	19,39	180
Чай с сахаром	185/15	0,07	0,02	15	60