|  |  |
| --- | --- |
| **Завтрак** | |
| **Блюдо** | **Выход, грамм** |
| Сыр твердых сортов | 20 |
| Колбаса | 50 |
| Каша рисовая | 250 |
| Какао с молоком | 200 |
| Масло сливочное | 15 |
| Хлеб пшеничный | 40 |
| **Обед** | |
| Салат из капусты | 60 |
| Рассольник | 200 |
| Запеканка картофельная | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 80 |
| Компот из сухофруктов | 200 |
| **Полдник** | |
| Яблоко | 150 |
| Булочка | 100 |
| Ряженка | 200 |
| **Ужин** | |
| Макароны отварные | 150 |
| Котлеты рыбные | 80 |
| Соус молочный | 40 |
| Сок абрикосовый | 200 |
| Хлеб пшеничный | 40 |
| Салат из свеклы | 60 |

Меню для школьников.