

2 день	Наименование	7 – 11 лет	11-13
Завтрак:	Каша пшеничная молочная с маслом Хлеб пшеничный с маслом Какао с молоком Яйцо варенное	200 80/10 200 1	250 80/10 200 1
Вит.завтрак:	Фрукты	250	250
Обед:	Салат свекольный на растительном масле Суп лапша (мясо кур) Бигус (мясо говядина) Кисель + витамин «С» Хлеб пшеничный/ржаной	80 250 200 200/0,00007 80/50	100 300 250 200/0,00007 80/50
Полдник:	Запеканка творожная Кефир	100 200	100 200
Ужин:	Салат морковный на растительном масле Биточки рыбные в соусе Рис отварной Хлеб пшеничный/ржаной Чай с сахаром	80 80 120 40/100 200	100 100 150 40/10 200
2 Ужин:	Молоко кипяченое Вафли	200 25	200 25