



# Меню

27 Марта 2023 года

| Завтрак                   |  | Выход в<br>граммах | Ккал  |
|---------------------------|--|--------------------|-------|
| Каша овсяная жидкая       |  | 280                | 286,3 |
| Масло сливочное           |  | 15                 | 111   |
| Чай с сахаром и лимоном   |  | 200                | 38,8  |
| Хлеб пшеничный            |  | 50                 | 102   |
| Обед                      |  |                    |       |
| Уха Ростовская            |  | 250                | 87,3  |
| Мясо тушенное с луком     |  | 75/50              | 162,1 |
| Каша гречневая            |  | 200                | 288   |
| Хлеб пшеничный/ржаной     |  | 50/50              | 220,2 |
| Салат из свеклы и горошка |  | 100                | 98,1  |
| Компот из С/Ф             |  | 180                | 71,8  |
| Полдник                   |  |                    |       |
| Булочка с мёдом           |  | 100                | 291,2 |
| Кисель из ягод            |  | 250                | 117,8 |
| Ужин                      |  |                    |       |
| Оладьи печёночные         |  | 100/20             | 240,8 |
| Капуста тушенная          |  | 200                | 147,6 |
| Хлеб ржаной               |  | 50                 | 102   |
| Какао с молоком           |  | 180                | 130   |
| Яблоко                    |  | 50                 | 62    |
| Паужин (второй ужин)      |  |                    |       |
| Снежок                    |  | 200                | 226,8 |