



Меню

11 Декабря 2024 года

Завтрак	Выход в граммах	Ккал
Биточки рыбные	120	160,5
Капуста тушенная	200	147,6
Чай с сахаром и лимон	200	38,8
Хлеб пшеничный	50	118,2
Масло сливочное	10	74,0
Обед		
Борщ с картофелем и капустой	250	153,0
Жаркое	320	501,2
Хлеб ржаной	50	102,0
Хлеб пшеничный	50	118,2
Овощи по сезону	100	12,4
Напиток из ягоды	180	67,0
Полдник		
Зефир	100	271,05
Кисель из плодов шиповника	250	134,8
Ужин		
Запеканка картофельная со сметаной	320	386,0
Хлеб пшеничный	50	118,2
Сок	180	110,0
Фрукты	100	100,8
Паузин (второй ужин)		
Молоко 3,2%	150	108,0
Мармелад	50	106,2