



Меню

14 Марта 2025 года

Завтрак	Выход в граммах	Ккал
Омлет натуральный	200	236,2
Горошек зеленый натуральный	55	36,84
Какао с молоком	200	110,88
Хлеб пшеничный	80	139,04
Сыр (порции)	15	21,5
Обед		
Овощи консервированные (помидоры)	100	11,0
Суп картофельный с бобовыми	250	148,25
Мясо тушеное	100	275,0
Сложный гарнир (картофельное пюре с капустой туш.)	180	193,19
Компот из смеси сухофруктов	200	90,0
Хлеб ржаной	60	104,4
Хлеб пшеничный	80	139,04
Полдник		
Молоко кипяченое	200	107,0
Ватрушка с творогом	50	165,28
Фрукты	100	43,0
Ужин		
Винегрет с сельдью	100	42,5
Плов из птицы	280	371,48
Соки фруктовые	200	80,0
Масло порциями	10	66,0
Хлеб пшеничный	40	69,52
Хлеб ржаной	60	104,4
Паужин (второй ужин)		
Активин	180	99,0
Фрукты	100	67