



Меню

19 Марта 2025 года

Завтрак	Выход в граммах	Ккал
Каша рассыпчатая гречневая (с молоком)	240	267,67
Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	113,4
Хлеб пшеничный	25	43,45
Сыр (порциями)	15	21,5
Фрукты	100	67,0
Обед		
Салат из свеклы отварной	100	52,8
Уха с крупой	300	119,1
Оладьи из печени	120	249,82
Пюре картофельное с морковью	180	150,12
Компот из свежих плодов	200	114,6
Фрукты	100	43,0
Хлеб ржаной	60	104,4
Хлеб пшеничный	80	139,04
Полдник		
Соки фруктовые	200	80,0
Сырники из творога с морковью	150	267,0
Сметана	25	40,5
Ужин		
Овощи натуральные соленые (огурцы)	100	10,0
Капуста тушеная с мясом	280	345,94
Напиток из шиповника	200	22,80
Масло (порциями)	10	66,0
Хлеб пшеничный	40	69,52
Хлеб ржаной	60	104,4
Паужин (второй ужин)		
Йогурт	200	154,0