



Меню

23 Марта 2025 года

| Завтрак | Выход в граммах | Ккал |
|--|-----------------|--------|
| Каша жидкая молочная с крупой рисовой | 240 | 238,85 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 90,0 |
| Хлеб пшеничный | 85 | 147,73 |
| Масло (порциями) | 10 | 66,0 |
| Сыр (порциями) | 15 | 21,5 |
| Обед | | |
| Винегрет овощной (огурец соленый) | 100 | 130,0 |
| Суп картофельный с бобовыми | 250 | 148,25 |
| Голубцы ленивые (с соусом, сметаной, томатом) | 280 | 378,5 |
| Компот из изюма | 200 | 75,8 |
| Хлеб ржаной | 60 | 104,4 |
| Хлеб пшеничный | 80 | 139,04 |
| Полдник | | |
| Соки фруктовые | 200 | 80,0 |
| Фрукты | 100 | 67,0 |
| Пирожки печенные из дрожжевого теста с джемом | 50 | 235,35 |
| Ужин | | |
| Овощи консервированные (огурцы) | 100 | 11,0 |
| Рыба запеченная с яйцом | 120/20 | 241,72 |
| Картофель отварной (с маслом) | 180 | 180,0 |
| Чай с сахаром | 200 | 35,82 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 69,52 |
| Хлеб ржаной | 60 | 104,4 |
| Паужин (второй ужин) | | |
| Снежок | 180 | 90,0 |
| Фрукты | 100 | 67,0 |