



# Меню

03 Октября 2025 года

<b>Завтрак</b>		Выход в граммах	Кккал
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	
<b>Обед</b>			
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	
<b>Полдник</b>			
Молоко кипяченое	200	107,0	
Ватрушка с творогом	50	165,28	
Фрукты	100	43,0	
<b>Ужин</b>			
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	
<b>Паужин (второй ужин)</b>			
Активин	180	99,0	
Фрукты	100	67	