



Меню

12 Октября 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