



# Меню

8 Марта 2023 года

| <b>Завтрак</b>                  |  | Выход в<br>граммах | Ккал  |
|---------------------------------|--|--------------------|-------|
| Каша молочная овсяная           |  | 280                | 276,7 |
| Масло сливочное                 |  | 10                 | 74    |
| Чай с лимоном                   |  | 200                | 38,8  |
| Хлеб пшеничный                  |  | 60                 | 141,9 |
| <b>Обед</b>                     |  |                    |       |
| Рассольник Ленинградский        |  | 250                | 192   |
| Рыба в томатном соусе с овощами |  | 100/20             | 108,1 |
| Рис отварной                    |  | 200                | 203,1 |
| Хлеб пшеничный/ржаной           |  | 50/50              | 240,6 |
| Салат из свеклы с капустой      |  | 100                | 102   |
| Компот из С/Ф                   |  | 180                | 71,8  |
| <b>Полдник</b>                  |  |                    |       |
| Булочка с корицей               |  | 150                | 191,2 |
| Сок                             |  | 200                | 110   |
| <b>Ужин</b>                     |  |                    |       |
| Макароны отварные               |  | 200                | 241   |
| Бефстроганов                    |  | 75/50              | 175,2 |
| Хлеб пшеничный                  |  | 50                 | 118,2 |
| Какао с молоком                 |  | 180                | 130,8 |
| <b>Паужин (второй ужин)</b>     |  |                    |       |
| Снежок                          |  | 200                | 162   |