

1,5-3 Меню на 18.10.2023г. 5

**Завтрак**

Макаронные изделия, запеченные с сыром 150гр. (ккал 233,00)

Какао с молоком 180гр. (ккал 84,00)

Бутерброд с маслом 20гр. (ккал 67,00)

**2-Завтрак**

Сок фруктовый 190гр. (ккал 87,40)

**Обед**

Нарезка из свеклы с чесноком 40гр. (ккал 43,33)

Щи из свежей капусты со сметаной 164гр. (ккал 84,00)

Бефстроганов из отварной говядины 60гр. (ккал 110,4)

Картофель, запечённый 120гр. (ккал 121,85)

Напиток из плодов шиповника 180гр. (ккал 61,00)

Хлеб пшеничный 15гр. (ккал 35,4)

Хлеб ржаной 30гр. (ккал 69,60)

**Полдник**

Чай с молоком 180гр. (ккал 41,00)

Омлет натуральный 130гр. (ккал 215,00)

Хлеб пшеничный 15гр. (ккал 35,4)

Манник со сгущенным молоком 50гр. (ккал 256,00)

3-7 Меню на 18.10.2023г. 5

**Завтрак**

Макаронные изделия, запеченные с сыром 180гр. (ккал 279,60)

Какао с молоком 200гр. (ккал 93,00)

Бутерброд с маслом 28гр. (ккал 99,00)

**2-Завтрак**

Сок фруктовый 190гр. (ккал 87,40)

**Обед**

Нарезка из свеклы с чесноком 60гр. (ккал 65)

Щи из свежей капусты со сметаной 218гр. (ккал 95,00)

Бефстроганов из отварной говядины 70гр. (ккал 128,80)

Картофель запечённый 150гр. (ккал 152,31)

Напиток из плодов шиповника 200гр. (ккал 71,00)

Хлеб пшеничный 20гр. (ккал 47,20)

Хлеб ржаной 40гр. (ккал 92,80)

**Полдник**

Чай с молоком 200гр. (ккал 48,00)

Омлет натуральный 130гр. (ккал 215,00)

Хлеб пшеничный 20гр. (ккал 47,20)

Манник со сгущенным молоком 50гр. (ккал 256,00)

