

1,5-3 Меню на 31.03.2023г. 2

Завтрак

Каша из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая 150
(ккал 138,00)

Кофейный напиток с молоком 180 (ккал 105,00)

Яйцо отварное 40 (ккал 63)

Хлеб пшеничный 15 (ккал 35,4)

2-Завтрак

Фрукты 115,00 (ккал 54)

Обед

Нарезка из моркови с чесноком 40 (ккал 28)

Суп картофельный с мясными фрикадельками 150
(ккал 100,35)

Рыба, тушенная в томате с овощами 60 (ккал 69,43)

Картофельное пюре 120 (ккал 113,61)

Компот из св. плодов 180 (ккал 33,00)

Хлеб пшеничный 15 (ккал 35,4)

Хлеб ржаной 30 (ккал 69,60)

Полдник

Чай с молоком 180 (ккал 41,00)

Капуста тушенная с мясом 150 (ккал 111,00)

Хлеб пшеничный 15 (ккал 35,4)

Ватрушка с творожным фаршем 60 (ккал 156,25)

