

1,5-3	Меню на 06.02.2024г. 2
Завтрак	
Каша из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая 150гр (ккал 38,00)	
Кофейный напиток с молоком 180гр (ккал 105,00)	
Яйцо отварное 40гр (ккал 63)	
Хлеб пшеничный 15гр (ккал 35,4)	
2-Завтрак	
Фрукты 115,00гр (ккал 54)	
Обед	
Нарезка из моркови с чесноком 40гр (ккал 28)	
Суп картофельный с мясными фрикадельками 150гр (ккал 100,35)	
Рыба, тушенная в томате с овощами 60гр (ккал 69,43)	
Картофельное пюре 120гр (ккал 113,61)	
Компот из св. плодов 180гр (ккал 33,00)	
Хлеб пшеничный 15гр (ккал 35,4)	
Хлеб ржаной 30гр (ккал 69,60)	
Полдник	
Чай с молоком 180гр (ккал 41,00)	
Капуста тушенная с мясом 150гр (ккал 111,00)	
Хлеб пшеничный 15гр (ккал 35,4)	
Ватрушка с творожным фаршем 60гр (ккал 156,25)	



3-7	Меню на 06.02.2024г. 2
Завтрак	
Каша из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая 180гр (ккал 165,6)	
Кофейный напиток с молоком 200гр (ккал 119,00)	
Яйцо отварное 40гр (ккал 63)	
Хлеб пшеничный 20гр (ккал 47,20)	
2-Завтрак	
Фрукты 115,00гр (ккал 54)	
Обед	
Нарезка из моркови с чесноком 60гр (ккал 56)	
Суп картофельный с мясными фрикадельками 200гр (ккал 133,8)	
Рыба, тушенная в томате с овощами 80гр (ккал 92,57)	
Картофельное пюре 130гр (ккал 123,1)	
Компот из св. плодов 200гр (ккал 39,00)	
Хлеб пшеничный 20гр (ккал 47,20)	
Хлеб ржаной 40гр (ккал 92,80)	
Полдник	
Чай с молоком 200гр (ккал 48,00)	
Капуста тушенная с мясом 200гр (ккал 148,00)	
Хлеб пшеничный 20гр (ккал 47,20)	
Ватрушка с творожным фаршем 70гр (ккал 156,3)	

