

1,5-3

Меню на 20.10.2023г. 7

Завтрак

Каша рисовая молочная 150гр. (ккал 148,00)

Какао с молоком 180гр. (ккал 84,00)

Бутерброд с сыром 23гр. (ккал 64,00)

2-Завтрак

Сок фруктовый 190гр. (ккал 87,40)

Обед

Сельдь с луком 40гр. (ккал 77,34)

Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной 164гр. (ккал 65,97)

Жаркое по-домашнему 180гр. (ккал 182,19)

Компот из сухофруктов 180гр. (ккал 48,00)

Хлеб пшеничный 15гр. (ккал 35,4)

Хлеб ржаной 30гр. (ккал 69,60)

Полдник

Зареники ленивые с маслом сливочным 82гр. (ккал 195,13)

Кондитерские изделия 13гр. (ккал 38,18)

Чай с сахаром 180гр. (ккал 17,00)

3-7

Меню на 20.10.2023г. 7

Завтрак

Каша рисовая молочная 180 (ккал 177,60)

Какао с молоком 200 (ккал 93,00)

Бутерброд с сыром 35 (ккал 102,00)

2-Завтрак

Сок фруктовый 190 (ккал 87,40)

Обед

Сельдь с луком 60 (ккал 116,01)

Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной 21 (ккал 206)

Жаркое по-домашнему 200 (ккал 202,43)

Компот из сухофруктов 200 (ккал 56,00)

Хлеб пшеничный 20 (ккал 47,20)

Хлеб ржаной 40 (ккал 92,80)

Полдник

Зареники ленивые с маслом сливочным 123 (ккал 292,69)

Кондитерские изделия 25 (ккал 76,35)

Чай с сахаром 200 (ккал 21,00)