

1,5-3

Меню на 21.04.2023г. 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, тушеная 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 тушеная с мясом 150 (ккал 111,00)

Хлеб пшеничный 15 (ккал 35,4)

Ватрушка с творожным фаршем 60 (ккал 156,25)

