

1,5-3

Меню на 19.01.2023г.

14

Завтрак

Каша «Дружба» 150 (ккал 161,00)

Кофейный напиток с молоком 180 (ккал 105,00)

Бутерброд с маслом 20 (ккал 67,00)

2-Завтрак

Фрукты 115,00 (ккал 54)

Обед

Икра кабачковая 40 (ккал 31,20)

Суп с рыбными консервами 150 (ккал 84,60)

Капуста тушеная с мясом 150 (ккал 111,00)

Компот из св. плодов 180 (ккал 33,00)

Хлеб пшеничный 15 (ккал 35,4)

Хлеб ржаной 30 (ккал 69,60)

Полдник

Запеканка из творога 90 (ккал 127,73)

Повидло 10 (ккал 60)

Вафли 13 (ккал 38,18)

Чай с сахаром 180 (ккал 17,00)

