

3-7

Меню на 20.12. 2022г.

12

ЗавтракКаша из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая 180
(ккал 165,6)

Кофейный напиток с молоком 200 (ккал 119,00)

Бутерброд с сыром 35 (ккал 102,00)

2-Завтрак

Фрукты 115 (ккал 54)

Обед

Нарезка из моркови с чесноком 60 (ккал 56)

Суп картофельный с клецками с мясом птицы 210
(117)Картофельная запеканка с овощами и рыбой 180
(ккал 158,67)

Компот из св. плодов 200 (ккал 39,00)

Хлеб пшеничный 20 (ккал 47,20)

Хлеб ржаной 40 (ккал 92,80)

Полдник

Чай с молоком 200 (ккал 48,00)

Капуста тушеная с мясом 200 (ккал 148,00)

Хлеб пшеничный 20 (ккал 47,20)

Ватрушка с творожным фаршем 70 (ккал 156,3)

