

1,5-3 Меню на 11.01.2023г. 8

Завтрак

Каша ячневая молочная жидкая 150 (ккал 144)

Кофейный напиток с молоком 180 (ккал 105)

Бутерброд с маслом 20 (ккал 67)

2-Завтрак

Фрукты 115 (ккал 54)

Обед

Овощи натуральные свежие 40 (ккал 5,60)

Свекольник с мясом и со сметаной 134 (ккал 96,00)

Котлеты из говядины 50 (ккал 99,38)

Рагу из овощей 120 (ккал 86,00)

Сок фруктовый 180 (ккал 82,80)

Хлеб пшеничный 15 (ккал 35,40)

Хлеб ржаной 30 (ккал 69,60)

Полдник

Омлет натуральный 30 (ккал 107,5)

Кукуруза консервированная 35 (ккал 19,25)

Хлеб пшеничный 15 (ккал 35,40)

Кондитерские изделия 13 (ккал 38,18)

Чай с молоком 180 (ккал 41,00)