

Н. В. Мартынова  
Подпись  
Меню на 08.10.24

Завтрак		
Наименования блюда	Выход блюда	Энергия (ккал)
Каша пшеничная молочная жидкая.	150/200	135\181
Какао с молоком.	180/200	139\154
Бутерброд с маслом с сыром.	35/45	92\118
Завтрак 2		
сок		
Обед		
Салат из квашеной капусты	50/60	47/56
Суп картофельный с рыбой.	150/200	86\115
Каша гречневая рассыпчатая	110\140	114\246
Шницель .	50/70	132\186
Соус томатный.	20/40	10/21
Компот из сухофруктов	150\200	63\84
Хлеб ржаной.	40/50	75/94
Полдник		
Кефир.	135/150	68/76
Фрукт		
Ужин		
Рагу овощное.	180/200	215/239
Яйцо вареное.	20/20	32
Чай с сахаром	180/200	43/49
Батон пшеничный		