



ВКУСНО И ПОЛЕЗНО

Дата 30 октября 2023 г.

ЗАВТРАК

1. Рожки отварные с тертым сыром, 200 гр.
2. Чай с сахаром, 150 гр.
3. Хлеб пшеничный с маслом, 46/4 гр.
4. Яйцо вареное, 41 гр.

Второй завтрак

1. Сок яблоко - персик, 93 гр.

ОБЕД

1. Салат из зеленого горошка, 50 гр.
2. Суп рыбный картофельный со сметаной, 200 гр.
3. Тушеная капуста с мясом, 180 гр.
4. Кисель фруктовый, 200 гр.
5. Хлеб ржаной/ пшеничный, 41/46 гр.

ПОЛДНИК

1. Ватрушка с повидлом, 80 гр.
2. Кефир с сахаром, 122 гр.
3. Морковь тертая с растит. маслом, 60 гр.
4. Яблоко, 152гр.

Повар

Косолапова Л.В.