



# ВКУСНО И ПОЛЕЗНО

Дата 23 января 2024 г.

## ЗАВТРАК

1. Вермишель молочная, 200 гр.
2. Кофейный напиток на молоке, 200 гр.
3. Хлеб пшеничный с маслом, 21/4/гр.

## Второй завтрак

1. Сок яблоко-персик, 71 гр.

## ОБЕД

1. Винегрет с растительным маслом, 60 гр.
2. Щи рыбные со сметаной, 200 гр.
3. Котлета мясная, 100 гр.
4. Картофельное пюре, 150 гр.
5. Компот из сухофруктов, 200 гр.
6. Хлеб ржаной/ пшеничный, 31/21 гр.

## ПОЛДНИК

1. Блины, 140 гр.
2. Чай с сахаром, 200 гр.
3. Повидло, 28 гр.
4. Яблоко, 140 гр.

Повар

Косолапова Л.В.