



ВКУСНО И ПОЛЕЗНО

Дата 30 января 2024 г.

ЗАВТРАК

1. Каша пшеничная молочная, 200 гр.
2. Кофейный напиток на молоке, 200 гр.
3. Хлеб пшеничный с маслом, 35/4/гр.

Второй завтрак

1. Сок яблоко - персик, 142 гр.

ОБЕД

1. Салат из отварной свеклы, 67 гр.
2. Щи мясные со сметаной, 200 гр.
3. Гуляш, 100 гр.
4. Картофельное пюре, 180 гр.
5. Компот из сухофруктов, 200 гр.
6. Хлеб ржаной/ пшеничный, 63/35 гр.

ПОЛДНИК

1. Вареное яйцо, 21 гр.
2. Кефир с сахаром, 135 гр.
3. Домашняя булочка, 90 гр.
4. Икра по-домашнему, 47 гр.
5. Яблоко, 163 гр.

Повар

Косолапова Л.В.