



# ВКУСНО И ПОЛЕЗНО

Дата 19 февраля 2024 г.

## ЗАВТРАК

1. Каша гречневая рассыпчатая, 170 гр.
2. Чай с сахаром, 170 гр.
3. Яйцо вареное, 21 гр.
4. Хлеб пшеничный с маслом, 23/4/гр.

## Второй завтрак

1. Сок яблоко - персик, 93 гр.

## ОБЕД

1. Салат из зеленого горошка, 48 гр.
2. Суп мясной с мучными клецками со сметаной, 200 гр.
3. Ленивые голубцы с мясом, 200 гр.
4. Кисель фруктовый. 200 гр.
5. Хлеб ржаной/ пшеничный, 41/23 гр.

## ПОЛДНИК

1. Творожный пудинг с изюмом, 100 гр.
2. Кефир с сахаром, 94 гр.
3. Морковь тертая с растит. маслом, 60 гр.
4. Яблоко, 148 гр.
5. Повидло, 37 гр.

Повар

Косолапова Л.В.