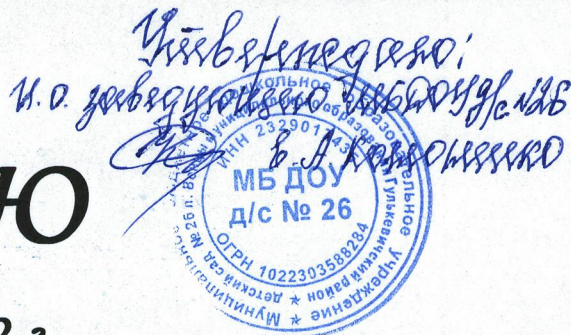


М Е Н Ю

«09» Марта 2022 г.



ЗАВТРАК

1. Плов сладкий	80(145 ккал)
2. Чай с сахаром	180 (44,3ккал)
3. Бутерброд с маслом	20/5(113,4ккал)

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

1.Яблоки	100 (46,8 ккал)
----------	-----------------

ОБЕД:

1.Овощи свежие (огурец)	47 (22,2 ккал)
2. Суп картоф.с горохом	200(106,6ккал)
3. Тефтели мясо - крупяные	80 (143,4ккал)
4.Каша гречневая рассыпчатая	70 (115,6ккал)
5. Компот из смеси с/ф	180 (96,6ккал)
6. Хлеб пшеничный, ржаной	39/35(101/32,1ккал)

ПОЛДНИК:

1.Ватрушка из дрож.теста	90(288,6 ккал)
2.Ряженка	155(74,8 ккал)