

# М Е Н Ю



«02» Августа 2022г.

## ЗАВТРАК

1. Запеканка из творога с морк.	70(213 ккал)
2. Соус молочный сладкий	30 (35,3ккал)
3. Бутерброд с маслом и сыром	20/5/9 (133,4ккал)
4. Чай с сахаром	180 (92,3ккал)

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

1. Ряженка	173(92,6 ккал)
------------	----------------

## ОБЕД:

1. Суп рыбный	200(105,4ккал)
2. Горох пюре с пассир. луком	100(143,44ккал)
3. Кисель из смеси с/ф	180(128 ккал)
4. Хлеб пшеничный, ржаной	30/27,5(104,3/41,7ккал)

## ПОЛДНИК:

1. Вафли	40 (288,57 ккал)
2. Молоко кипяченое	180 (92,3 ккал)
3. Фрукты свежие	100 (46,8 ккал)