



МЕНЮ

«11» Октября 2022г.

ЗАВТРАК

- | | |
|--------------------------|-------------------|
| 1. Запеканка из творога | 70(213 ккал) |
| 2. Соус молочный сладкий | 30(35,3 ккал) |
| 3. Бутерброд с маслом | 20/5 (133,4 ккал) |
| 4. Чай с молоком | 180 (98,3ккал) |
| 5. Хлеб ржаной | 20 (40 ккал) |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- | | |
|------------|-------------------|
| 1. Ряженка | 195,2 (90,8 ккал) |
|------------|-------------------|

ОБЕД

- | | |
|--------------------------------|--------------------|
| 1. Суп рыбный | 200 (94,7 ккал) |
| 2. Биточек | 60 (131,6 ккал) |
| 3. Гороховое пюре с пасс.луком | 100 (143 ккал) |
| 4. Кисель из смеси сухофруктов | 180 (96,7 ккал) |
| 5. Хлеб пшеничный, ржаной | 30/27 (92/40 ккал) |

ПОЛДНИК:

- | | |
|----------------------------|------------------|
| 1. Ватрушка из дрож. теста | 100 (228,6 ккал) |
| 2. Молоко кипяченое | 180 (95,44 ккал) |