



МЕНЮ

«28» Ноября 2022 г.

ЗАВТРАК

1. Яйцо	1 шт. (150 ккал)
2. Икра кабачковая	71 (112,3 ккал)
3. Чай с сахаром	180 (44,3 ккал)
4. Бутерброд с маслом	20/5 (130 ккал)
5. Хлеб ржаной	20 (15 ккал)

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

1. Яблоки	100 (90,8 ккал)
-----------	-----------------

ОБЕД:

1. Свекольная икра	60 (60 ккал)
2. Суп картоф. с мак. изделиями	200 (83,8 ккал)
3. Ленивые голубцы	120 (164,0 ккал)
4. Сок	182,7 (96,6 ккал)
5. Хлеб пшеничный и ржаной	23/18,2 (30,4 ккал)

ПОЛДНИК:

1. Рыба тушеная в томате с овощами	130 (253,9 ккал)
2. Картофельное пюре	100 (115,6 ккал)
3. Какао с молоком	180 (167,4 ккал)
4. Хлеб ржаной	20 (47 ккал)