

Утверждаю

Заведующий

Ермошина О.В.



М Е Н Ю

«23» Декабря 2024 г.

ЗАВТРАК

1. Икра кабачковая	69,5 (61 ккал)
2. Яйца вареные	1 шт.(63 ккал)
3. Чай с сахаром	180 (44,3 ккал)
4. Бутерброд с маслом	20/5 (133.4ккал)
5. Хлеб ржан.	20 (51,8 ккал)

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

1. Яблоки	100 (47 ккал)
-----------	---------------

ОБЕД:

1. Овощи соленые (огурец)	56,6 (19 ккал)
2. Суп картоф. с мак. изд. на м/б	200 (83,8 ккал)
3. Ленивый голубец	120 (164,0ккал)
4. Сок	170 (83,2 ккал)
5. Хлеб пшеничный, ржаной	28,7/17,5 (55,2/56,7 ккал)

ПОЛДНИК:

1. Рыба тушеная в томате с овощами	130 (253,9 ккал)
2. Картофельное пюре	100 (115,6 ккал)
3. Кофейный напиток с молоком	180 (133 ккал)
4. Хлеб ржан.	20 (48,4 ккал)