

<b>Ежедневное меню среда 11.06.2025</b>			
	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)
<b>завтрак:</b>			
	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес"	130	148
	Кофейный напиток с молоком	150	59
	Бутерброд с маслом	20/4	74
<b>2 - ой завтрак</b>			
	Сок фруктовый или овощной в ассортименте	100	46
<b>обед:</b>			
	Овощи натуральные (помидоры свежие)	30	7,2
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	66
	Тефтели из говядины с рисом (ёжики) с соусом молочным	60	83
	Капуста тушёная	120	110
	Компот из смеси сухофруктов	150	65
	Хлеб пшеничный	8,6	17
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	43
<b>полдник:</b>			
	Йогурт	150	135
	Булочка "Веснушка"	60	169
<b>ужин:</b>			
	Пудинг из творога паровой, молоко сгущённое	130/15	283
	Кисель из мандаринов	150	82
	Хлеб пшеничный	10	20

|            |  
|            |