

Ежедневное меню понедельник 16.06.2025

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)
завтрак:			
	Суп молочный с крупой (ячневая)	130	85
	Какао с молоком	150	71
	Бутерброд с маслом	20/4	74
	Яйцо варёное	40	63
	2 - ой завтрак		
	Соу фруктовый	100	47
обед:			
	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	150/3	57
	Котлеты из говядины	60	150
	Сложный гарнир (картофельное пюре с морковью в молочном соусе)	120	92
	Соус белый основной	20	13
	Компот из плодов консервированных	150	16
	Хлеб пшеничный	8,6	17
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	43
полдник:			
	Йогурт	150	135
	Булочка ванильная	60	180
ужин:			
	Сырники из творога запечённые, молоко сгущённое	100/15	298
	Плоды свежие (яблоки)	95	45
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	5
	Хлеб пшеничный	10	20