

Ежедневное меню понедельник 16.06.2025

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)
завтрак:			
	Суп молочный с крупой (ячневая)	200	132
	Какао с молоком	200	94
	Бутерброд с маслом	30/6	106
	Яйцо варёное	40	63
2 - ой завтрак			
	Сок фруктовый	100	47
обед:			
	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	200/4	73
	Котлеты из говядины	80	201
	Сложный гарнир (картофельное пюре с морковью в молочном соусе)	150	115
	Соус белый основной	20	13
	Компот из плодов консервированных	200	21
	Хлеб пшеничный	14,8	29
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	50	107
полдник:			
	Йогурт	200	180
	Булочка ванильная	60	180
ужин:			
	Сырники из творога запечённые, молоко сгущённое	150/15	425
	Фрукты свежие (яблоки)	100	47
	Кисель из концентрата фруктового или ягодного	200	6
	Хлеб пшеничный	20	39