

МЕНЮ
на 10.03.2025

Завтрак

Каша молочная жидкая манная – 180 (243 Ккал)
Чай с лимоном – 180 (38 Ккал)
Батон йодированный с маслом сливочным Крестьянским 72,5% и сыром «Российским» – 40/5/15 (173 Ккал)

Завтрак 2

Напиток из плодов шиповника – 100 (50 Ккал)

Обед

Бульон куриный с гренками - 180/30 (89 Ккал)
Птица отварная – 70 (221 Ккал)
Рагу из овощей – 130 (198 Ккал)
Помидор соленый – 30 (3 Ккал)
Компот из свежих плодов – 180 (61 Ккал)
Хлеб ржано-пшеничный – 50 (108 Ккал)

Полдник

Тефтели рыбные (минтай) тушеные – 70 (125 Ккал)
Пюре картофельное с морковью – 130 (135 Ккал)
Салат из квашеной капусты – 30 (6 Ккал)
Хлеб белый пшеничный – 20 (68 Ккал)
Молоко кипяченое – 180 (116 Ккал)

Ужин

Чай – 180 (36 Ккал)
Хлеб белый пшеничный – 50 (68 Ккал)

Калорийность дня – 1890 Ккал