

Меню 14 октября 2024 года

	Наименование блюда	Выход блюда			
		В граммах		В калориях	
		если	сад	если	сад
Завтрак	Макаронь тварные с сыром	130	150	145,0	185,0
	Бутерброд с маслом	40	50	100,4	125,5
	Чай с молоком	180	200	42,1	46,6
	Хлеб ржаной	-	20	-	33,8
II завтрак	Фрукты	100	100	44,3	44,3
	Икра морковная	40	60	24,6	37,4
	Рассольник ленинградский с мясом и сметаной	180	200	139,1	154,5
	Капуста тушеная с мясом	130	170	213,0	265,0
	Компот из смеси сухофруктов	150	200	14,4	19,4
	Хлеб ржаной	25	25	42,2	42,2
	Хлеб пшеничный	15	20	33,8	40,3
Полдник	Печенье	25	50	71,8	143,5
	Кефир	180	200	95,4	106,0
Ужин	Гуляш говяжий	60	70	128,9	174,7
	Картофельные котлеты, запеченные под соусом сметанным с луком	120	150	164,4	223,0
	Чай с лимоном	180/5/7	180/5/7	22,7	23,2
	Хлеб ржаной	20	20	33,8	33,8
	Хлеб пшеничный	25	25	50,3	50,3