



Завтрак 12.03.2021г.



Обед 12.03.2021г.

Утверждаю

Заведующий

Г. В. Волкова



МЕНЮ

12.03.2021

Завтрак

Кисель витаминизированный	50-сад	18,5 ккал
Бутерброд с маслом	15/5	84,4 ккал
Каша геркулесовая молочная	180/200	119/287 ккал
Чай	150/180	45/54 ккал
Хлеб	15/15	35,25 ккал

Завтрак 2

Яблоко	130/130	62,51 ккал
--------	---------	------------

Обед

Огурец соленый	60/70	80/89 ккал
Суп вермишелевый	180/200	77,7/86,4 ккал
Бифштекс со сметаной соусом	40-20/50-30	157,38/214,02 ккал
Картофель отварной	80/100	76/95 ккал
Хлеб пшеничный	15/20	35,25/47,0 ккал
Ржаной	20/30	34,8/52,2 ккал
Кисель из сока	150/180	118/142 ккал

Полдник

Пудинг из творога с молочным соусом	80/15-105/15	250,5/304,84 ккал
Йогурт	150/150	129,9 ккал

Итого: 1251,18/1631,75 ккал

Исполнитель: ст. м/с

Лаптева В.М.