



Завтрак 23.03.2021г.



Обед 23.03.2021г.

Утверждаю

Заведующий



Г. В. Волкова

МЕНЮ

23.03.2021

Завтрак

Кисель витаминизированный	50-сад	18,5ккал
Бутерброд с сыром и маслом	12/5/8-15/5/8	104,05/115,62 ккал
Икра свекольная	60/80	55,2/73,6 ккал
Омлет натуральный(1)	90/100	119,0 ккал
Какао с молоком	150/180	107,6/115,2 ккал)
Хлеб	15/15	35,25 ккал

Завтрак 2

Сок	150/150	69,0 ккал
-----	---------	-----------

Обед

Помидор соленый	60/70	10,8/14,18 ккал)
Щи	180/200	57,9/66,4 ккал
Бефстроганов из говядины	40-40/40-40	209,12 ккал
Каша гречневая	80/100	135,0/168,7 ккал)
Хлеб пшеничный	15/30	35,25/70,5 ккал
Ржаной	15/20	26,1/34,8 ккал)
Компот из сухофруктов	150/180	82,0/99,0

Полдник

Плюшка сдобная	70/73	248,71 ккал
Йогурт	150/180	129,9/156,6 ккал
Яблоки	133/133	62,51 ккал

Итого: 1031,46/1494,54

Исполнитель: ст. м/с

Лаптева В.М.