

Четверг 23.10.2020

ЗАВТРАК 1		ВЕС/ККАЛ
Сыр (порционный)		7/25,2
Каша жидкая молочная «Геркулес» с м/с		160/153,2
Кофейный напиток с молоком		150/75
Хлеб пшеничный йодированный		20/49
ЗАВТРАК 2		
Плоды свежие		100г/44,2
ОБЕД		
Суп из овощей со сметаной на курином бульоне		150/77,3
Плов из птицы		160/348,4
Напиток из плодов шиповника		150/65,77
Хлеб пшеничный йодированный		15/37
Хлеб ржано-пшеничный		20/38,2
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК		
Пудинг из творога с яблоком		100/182,1
Кефир 2,5%		150/75
УЖИН		
Омлет с картофелем с маслом сливочным		120/225
Морковь отварная с маслом сливочным		48/24,7
Чай с сахаром		180/37,8
Хлеб пшеничный йодированный		20/49
Хлеб ржано-пшеничный		20/38,2
Энергетическая ценность(ккал) за день		1545,07
Стоимость дня		

Заведующий

Спец. по питанию

