| Пятница 1 неделя | | |
|---|---|---|
| **Меню на день** | | |
| **Дата: 23 октября** | | |
| **Наименования блюд** | **Сад** | **калории** |
| **Завтрак** | граммы | ***472,99*** |
| *Каша "Дружба" / без молока* | *180* | |
| *Какао с молоком / чай* | *180* | |
| *Бутерброд с сыром* | *40+12* | |
| **Завтрак II** | | ***45*** |
| *Сок фруктовый* | *100* | |
| **Обед** | | ***766,45*** |
| *Салат из свежего помидора / огурца* | *50* | |
| *Свекольник со сметаной / без смет* | *180* | |
| *Котлета мясная* | *70* | |
| *Картофельное пюре* | *130* | |
| *Икра кабачковая Хлеб ржаной* | *50+50* | |
| *Компот из сухофруктов* | *180* | |
| **Полдник** | | ***298,07*** |
| *Молоко / компот* | *180* | |
| *Сдоба* | *50* | |
| *Фрукты свежие (яблоко)* | *30* | |
| **Ужин** | | ***529,22*** |
| *Омлет* | *130* | |
| *Рыба под овощами* | *60* | |
| *Кисель из брусники* | *180* | |
| *Хлеб пшеничный / ржаной* | *50* | |
| *Фрукты свежие (яблоко)* | *70* | |
| *Жаркое с мясом (диета)* | *180* | |
| **БОЛЕЕ ПОДРОБНУЮ ИНФОРМАЦИЮ О МЕНЮ ВЫ МОЖЕТЕ ПОСМОТРЕТЬ НА НАШЕМ САЙТЕ: romashka.nm3@yandex.ru** | | |