Вторник 2 неделя		
Меню на день		
Дата: 13 октября		
Наименования блюд	**Сад**	**калории**
Завтрак	**граммы**	***437,9***
Каша пшеничная/ без молока	*180*	
Какао с молоке/ чай	*180*	
Бутерброд с сыром	*40+11*	
Завтрак II		
Сок фруктовый	*100*	***45***
Обед		***721,52***
Салат из капусты с бол. перцем	*50*	
Суп гороховый на кур бульоне	*180*	
Котлета рыбная / мясная	*70*	
Картофельное пюре	*130*	
Компот из сухофруктов	*180*	
Хлеб ржаной	*50*	
Полдник		***338,55***
Кисломолочные продукты	*180*	
Печенье медовое (выпечка)	*50*	
Фрукты свежие	*100*	
Ужин		***534,27***
Салат морковно-яблочный	*50*	
Сырники	*160*	
Сырники	*20*	
Кисель из свежих ягод	*180*	
Батон / хлеб ржаной	*30*	
Греча с тефтелькой (диета)	*130+70*	
БОЛЕЕ ПОДРОБНУЮ ИНФОРМАЦИЮ О МЕНЮ ВЫ МОЖЕТЕ ПОСМОТРЕТЬ НА НАШЕМ САЙТЕ: romashka.nm3@yandex.ru		