

Энергетическая ценность, ккал

Меню на 12.07.2023г.

Завтрак	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал
Каша манная молочная	150\200	221/295
Кофейный напиток с молоком	150/200	87/116
Бутерброд с маслом	27/50	95,25\160,57
2-ой Завтрак		
Сок яблочный	100	46
Обед		
Салат из св. овощей	40/60	54/72
Щи из св. капусты на кур.	150\200	64/86
Плов	100/150	138/207
Компот из сухофруктов	150/180	81/97
Хлеб ржаной	40\50	75,6\94,5
Полдник		
Молоко	180\200	100,8/112
Бутерброд с вареньем	20/50	85/185
Ужин		
Котлета рыб.	80/80	167\167
Картофель тушеный	100/150	134\154
Чай	220\220	81/81



И. В. Дурманова