

Утверждаю  
заведующая  
Л.И. Рыжкова



Меню на 15.12.2022г.

| Завтрак                                       | Выход, г | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|-----------------------------------------------|----------|----------------------------------|
| Каша пшенная молочная                         | 150/200  | 221/295                          |
| Кофейный напиток с молоком                    | 150/200  | 87/116                           |
| Бутерброд с маслом                            | 27/50    | 95,25/160,57                     |
|                                               |          |                                  |
| <b>2-ой Завтрак</b>                           |          |                                  |
| Яблоко                                        | 100      | 46                               |
|                                               |          |                                  |
| <b>Обед</b>                                   |          |                                  |
| Салат из свеклы отв.                          | 40/60    | 25/57                            |
| Щи из кв. капусты на кур. б-не<br>со сметаной | 150/200  | 64/86                            |
| Котлета куриная                               | 80/80    | 160/160                          |
| Капуста тушеная                               | 150/200  | 135/180                          |
| Компот из сухофруктов                         | 150/180  | 81/97                            |
| Хлеб ржаной                                   | 40/50    | 75,6/94,5                        |
|                                               |          |                                  |
| <b>Полдник</b>                                |          |                                  |
| Кефир                                         | 180/200  | 107/118                          |
| Бутерброд с вареньем                          | 20/50    | 134/231                          |
|                                               |          |                                  |
| <b>Ужин</b>                                   |          |                                  |
| Рыба тушеная с овощами                        | 80/80    | 71/71                            |
| Картофель тушеный                             | 150/150  | 141/141                          |
| Чай                                           | 170/220  | 47,6/61,6                        |
|                                               |          |                                  |
|                                               |          |                                  |

Медсестра

И. В. Дурманова