

Утверждаю  
заведующая  
Л.И. Рыжкова

Меню на 30.01.2023

| Завтрак                                     | Выход, г | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|---------------------------------------------|----------|----------------------------------|
| Рожки отварные с маслом сл.                 | 100/150  | 178/276                          |
| Икра кабачковая                             | 40/60    | 85/92                            |
| Чай                                         | 180/200  | 77/92                            |
| Бутерброд с маслом                          | 27/50    | 95,25/160,57                     |
| 2-ой Завтрак                                |          |                                  |
| Сок яблочный                                | 100/100  | 46/46                            |
| Обед                                        |          |                                  |
| Салат из кв. капусты                        | 40/60    | 7,4/9,1                          |
| Суп крестьянский на м/к б-не<br>со сметаной | 150/200  | 188/252                          |
| Жаркое по-домашнему                         | 200/200  | 234/234                          |
| Компот из сухофруктов                       | 150/180  | 81/97                            |
| Хлеб ржаной                                 | 40/50    | 75,6/94,5                        |
| Полдник                                     |          |                                  |
| Молоко                                      | 180/200  | 101/222                          |
| Домашняя булочка                            | 70/70    | 170/170                          |
| Ужин                                        |          |                                  |
| Каша геркулесовая молочная                  | 150/200  | 130/217                          |
| Кофейный напиток с молоком                  | 180/200  | 135/150                          |
| Хлеб пшеничный                              | 20/20    | 43/43                            |
| Яйцо вареное                                | 40/40    | 65/65                            |

Медсестра

И. В. Дурманова