

МЕНЮ НА 13 Марта 2025 Г.

Если		ЗАВТРАК:	Б	Ж	У	Ккал.
150/8		Каша молочная ячневая	3,84	5,79	4,93	161,1
30/5		Бутерброд с маслом	2,32	6,05	15	120,2
150		Напиток кофейный	1,29	1,27	12,9	65
100		Яблоко	0,57	0	5,29	23,9

Если		ОБЕД:	Б	Ж	У	Ккал.
30		Салат из свеклы с чесноком	0,47	3	5,39	40,1
150/5		Рассольник Ленинградский	1,7	4,08	12,4	89,3
60		Котлета рыбная	12,38	7,69	8,54	67
30		Соус белый основной	0,17	1,51	1,21	18,8
120		Рис отварной	6,98	4,9	37,6	213
150		Компот из сухофруктов	0,38	0	20,1	77,6
15		Хлеб пшеничный	1,14	0,14	7,46	33,9
25		Хлеб ржано-пшеничный	0,11	0,18	12,5	53,5

Если		УСИЛЕННЫЙ УЖИН:	Б	Ж	У	19,3
150		Суп молочный гречневый	3,72	4,66	15	113
60		Булочка Дорожная	4,27	5,68	37,6	208,9
150		Чай с сахаром	0,18	0	11	0,9
20		Хлеб пшеничный	1,52	0,19	9,94	45,19

Шеф-повар__ Наробицкая С.А._____

МЕНЮ НА 13 Марта 2025 Г.

Сад		ЗАВТРАК:	Б	Ж	У	Ккал.
180/9		Каша молочная ячневая	4,61	6,95	29,9	193
30/7		Бутерброд с маслом	2,31	4,4	28,02	154,6
180		Напиток кофейный	3,19	3,36	18,17	111,8
100		Яблоко	0,57	0	5,29	23,9

Сад		ОБЕД:	Б	Ж	У	Ккал.
60		Салат из свеклы с чесноком	0,94	6	10,8	80,2
200/10		Рассольник Ленинградский	2,28	5,51	16,57	19,8
70		Котлета рыбная	11,6	8,47	11,4	166
50		Соус белый основной	0,28	2,52	2,02	31,25
150		Рис отварной				
180		Компот из сухофруктов	0,3	0	17,5	69
20		Хлеб пшеничный	1,52	0,19	9,94	45,19
40		Хлеб ржано-пшеничный	1,89	0,29	19,92	85,6

Сад		УСИЛЕННЫЙ УЖИН:	Б	Ж	У	Ккал.
200		Суп молочный гречневый	7,82	6,62	43,9	244
70		Булочка Дорожная	4,98	4,02	6,26	59,9
180		Чай с сахаром	0,18	0	14,03	53,3
20		Хлеб пшеничный	1,52	0,19	9,94	45,19

Шеф-повар__ Наробицкая С.А._____