



МЕНЮ
на 22 марта 2023г.

	Прием пищи/ блюдо	Вес 1-ой порции (грамм/штук)	Энергетическая ценность (Ккал.)
ЗАВТРАК			
1.	Сыр твердый/ масло сливочное	50/20	182/132,2
2.	Каша пшеничная молочная	250	283
3.	Какао с молоком	200	195,71
4.	Хлеб пшеничный (100)	100	181
ОБЕД			
1.	Суп картофельный с рыбой	450	208
2.	Рис, припущенный с томатом	200	244
3.	Курица отварная	70/50	242,68
4.	Хлеб ржаной/пшеничный (100/150)	250	206/271,5
5.	Компот из свежих фруктов с лимоном	200	104
ПОЛДНИК			
1.	Сок	200	92
2.	Свежие фрукты	200	94
УЖИН 1			
1	Винегрет овощной	200	258
2	Фрикадельки тушеные в соусе	70/30	208
3	Вафли	50	271
4	Хлеб ржаной/пшеничный (50/50)	100	103/90,5
5	Чай с сахаром	200	60,14
6	Картофельное пюре	250	266,0
УЖИН 2			
1	Чай с молоком	200	87,25
2	Запеканка из творога/сгущённое молоко	150/50	342
			3618,98
	Медсестра, <i>Севаф</i>		
	Повар <i>134</i>		