

МПЕЛШО

06.10.2021г



Наименование блюда 18 день	Масса порции	Калорийность порции
Завтрак		
Каша рисовая жидкая	150/180	156/187
Бутерброд с сыром	10/20-10/20	82/82
Какао с молоком	150/180	90/126
II Завтрак		
Фрукты	100/100	53/53
Обед		
Салат из моркови с яблоками	30/50	32/53
Щи из свежей капусты с картофелем с курицей, сметаной	150/180	49/59
Гуляш	50/70	69/97
Макароны с маслом	110/130	116/138
Кисель из концентратов	150/180	49/70
Хлеб	40/60	79/100
Полдник		
Кулебяка с рыбой	70/70	139/139
Чай «Солнышко»	20/150-20/180	48/58

