



# Меню

19 Апреля 2023 года

| Завтрак                         |  | Выход в граммах | Ккал  |
|---------------------------------|--|-----------------|-------|
| Каша молочная овсяная           |  | 280             | 276,7 |
| Масло сливочное                 |  | 10              | 74    |
| Чай с лимоном                   |  | 200             | 38,8  |
| Хлеб пшеничный                  |  | 60              | 141,9 |
| Обед                            |  |                 |       |
| Рассольник Ленинградский        |  | 250             | 192   |
| Рыба в томатном соусе с овощами |  | 100/20          | 108,1 |
| Рис отварной                    |  | 200             | 203,1 |
| Хлеб пшеничный/ржаной           |  | 50/50           | 240,6 |
| Салат из свеклы с капустой      |  | 100             | 102   |
| Компот из С/Ф                   |  | 180             | 71,8  |
| Полдник                         |  |                 |       |
| Булочка с корицей               |  | 150             | 191,2 |
| Сок                             |  | 200             | 110   |
| Ужин                            |  |                 |       |
| Макароны отварные               |  | 200             | 241   |
| Бефстроганов                    |  | 75/50           | 175,2 |
| Хлеб пшеничный                  |  | 50              | 118,2 |
| Какао с молоком                 |  | 180             | 130,8 |
| Паужин (второй ужин)            |  |                 |       |
| Снежок                          |  | 200             | 162   |