Меню на 30 января 2023 г.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Вес блюда, г | Энергетическая ценность, ккал |
| Завтрак |  |  |
| Макароны отварные | 150 | 229,76 |
| Печенье | 30 | 125,10 |
| Чай с сахаром | 200 | 53,06 |
| Обед |  |  |
| Суп Крестьянский | 250 |  |
| Гуляш из говядины | 80 | 164,8 |
| Каша ячневая | 150 | 270,90 |
| Огурец соленый порционно | 40 | 12,08 |
| Хлеб пшеничный | 40 |  |
| Хлеб ржаной | 30 |  |
| Компот из с/фруктов | 200 |  |
| Полдник |  |  |
| Оладьи с повидлом | 30 | 109,77 |
| Кефир | 180 | 120,6 |
|  |  | 1428,69 |