



«ИСКОРКА»
УТВЕРЖДАЮ /КОНОВАЛОВА И.К./

МЕНЮ НА 09/11. 2021г.

БЛЮДА

n/№		Выход	Ккал
----- ЗАВТРАК -----			
1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	180/200	279,7
2	БАТОН С МАСЛОМ С ПОВИДЛОМ	45/50	234
3	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ЛИМОНОМ	180/200	128,4
----- 2й ЗАВТРАК -----			
1	10 ЧАС ИОГУРТ	110/130	106,5
----- ОБЕД -----			
1	СУП ПОЛЕВОЙ НА М/Б	200/250	187,5
2	ЛЕНИВЫЕ ГОЛУБЦЫ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	180/200	298
3	КИСЕЛЬ Ф/Я, ЗЕЛЕНый ГОРОШЕК	180/200	38
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45/50	121
----- ПОЛДНИК -----			
1	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	85/85	384
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ	180/200	58,6
3	ФРУКТ		
----- УЖИН ЛОГОНЕДИЧЕСКАЯ ГРУППА -----			
1	БАТОН С МАСЛОМ, ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	200	85
2	ЧАЙ С САХАРОМ		

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!!!