

МЕНЮ
на 21 ноября 2025г.

	Прием пищи/ блюдо	Вес 1-ой порции (грамм (шт.)	Энергетическая ценность (Ккал.)
ЗАВТРАК			
1.	Омлет натуральный	130	221
2.	Суп молочный гречневый	300/10	222
3.	Кофейный напиток с молоком	200	89
4.	Хлеб пшеничный	100	181
ЗАВТРАК 2			
1.	Сок	200	92
2.	Фрукты свежие	250	117
ОБЕД			
1.	Свекольник	450	271
2.	Котлета из курицы	75	189
3.	Макароны отварные с овощами	200	281
4.	Хлеб пшеничный /хлеб ржаной	150/100	272/206
5.	Компот из свежих фруктов	200	61
УЖИН 1			
1.	Салат из морской капусты с яйцом	100	156
2.	Котлета рыбная	100	81
3.	Печенье	60	217
4.	Чай с лимоном	200	61
5.	Хлеб пшеничный /хлеб ржаной	50/50	90/103
6.	Картофельное пюре	250	266
УЖИН 2			
1.	Ватрушка с творогом	60	219
2.	Йогурт/снежок	250	112
3745			
Медсестра	<i>Зарипова</i>	Н.В.Зарипова	
Повар	<i>Раянова</i>	О.Н. Раянова	