

**МЕНЮ на 31.10.2023 г.**

| <b>Завтрак</b>                      | <b>норма</b> | <b>калорийность</b> |
|-------------------------------------|--------------|---------------------|
| Каша геркулесовая на молоке         | 150/180      | 191,78/230,15       |
| Чай с молоком                       | 180/180      | 27,04/27,04         |
| Батон с маслом                      | 25/37        | 75,9/112,33         |
| <b>2-й завтрак</b>                  |              |                     |
| Сок                                 | 100/100      | 46/46               |
| <b>Обед</b>                         |              |                     |
| Щи из свежей капусты на м/к бульоне | 150/180      | 71,59/85,91         |
| Рулет из говядины                   | 60/70        | 188,23/219,6        |
| Макаронные изделия                  | 110/130      | 149,52/176,71       |
| Кисель                              | 150/180      | 47,39/56,86         |
| Хлеб                                | 40/50        | 72,4/90,5           |
| <b>Полдник</b>                      |              |                     |
| Снежок                              | 160/210      | 84,8/111,3          |
| Печенье                             | 40/40        | 166,8/166,8         |
| <b>Ужин</b>                         |              |                     |
| Котлета рыбная минтай               | 60/80        | 85,07/113,42        |
| Гороховое пюре                      | 80/100       | 118,38/147,98       |
| Соус томатный                       | 30/30        | 10,45/10,45         |
| Кукуруза консервированная           | 30/40        | 17,4/23,2           |
| Чай                                 | 180/180      | 51,16/51,16         |
| Хлеб                                | 20/30        | 47/70,5             |