



МЕНЮ № 20



	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал
ЗАВТРАК		
1. Каша «Янтарная»	200	178,63
2. Батон с маслом	46/5	146,15
3. Какао на цельном молоке	200	123,32
ЗАВТРАК 2		
Сок	125	46,25
ОБЕД		
1. Салат овощной с чесноком	60	46,67
2. Суп перловый с мясом и сметаной	200	134,5
3. Голубец ленивый с зелёным горошком	185	112
4. Компот из свежих фруктов	200	61
5. Хлеб	50	81,4
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		
15.00 Йогурт	154	79,5
1. Запеканка овощная с яйцом и соусом молочным	200 20	190,05
2. Чай с лимоном	200	54
3. Хлеб, фрукт	40/93	89,6/41,85
4. Кондитерское изделие	42	274,53
ИТОГО калорийность:		1716,45