|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***22.03.2024 г.***  ***ЗАВТРАК***  Каша «Геркулесовая»  Бутерброд  с маслом  Чай с сахаром  Хлеб  ***ВТОРОЙ ЗАВТРАК***  Фрукты | 150/180  25/25  170/180  15/20  100/100 | Ккал  140/179  78/78  29/36  35/47  69/69 |
| ***ОБЕД***  Салат из моркови  с зеленым  горошком  Уха рыбацкая  Суфле из говядины  Капуста тушенная  Кисель  Хлеб | 40/50  150/180  50/70  110/130  150/180  40/50 | 53/66  62/94  147/184  95/117  46/50  95/118 |
| ***ПОЛДНИК***  Лапшевник с творогом/соус молочный  Какао с молоком | 110/110  150/180 | 175/175  79/87 |