



МЕНЮ МАЛОУ № 30

День: Среда

Неделя: первая

на 23.07.2025

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	
	если(к/кал)	сад(к/кал)
Завтрак:		
Омлет запеченный или паровой	150 (236)	150 (236)
Батон вит. («Валетек-8») с повидлом	20/10 (81,98)	30/23 (141,7)
Какао с молоком	180 (87)	200 (100)
2 завтрак:		
Напиток ягодный	150 (47)	200 (63)
Обед:		
Суп – лапша домашняя с курицей	150/10 (120,0)	200/10 (132,0)
Фрикадельки из птицы	60 (121,92)	80 (162,56)
Каша гречневая рассып. с овощами	110 (165)	130 (214)
Соус томатный	20 (15)	30 (22)
Кисель	150 (72)	200 (96)
Хлеб дарницкий обогаш. «Валетек-8»	30 (64,8)	37 (80)
Подник:		
Овощи, припуш. в сметан. соусе	120 (113)	150 (135)
Хлеб пшенич. обогашен. «Валетек-8»	20 (47,2)	30 (70,8)
Чай	150 (27)	200 (36)
Рекомендуемый ужин (дома)		
Голубцы ленивые	150	200
Компот из свежих груш	180	200
Батон витаминизированный	20	30
Рекомендуемый ужин № 2 (дома)		
Кефир	150	180
Батон витаминизированный	--	20