

Завтрак

Каша гречневая молочная с маслом.

Кофе с молоком.

Хлеб пшеничный с маслом, сыром.

Второй завтрак

Груша

Обед

Суп рыбный со сметаной. Гуляш мясной с отварной вермишелью.

Помидоры свежие. Компот из сухо-фруктов.

Хлеб ржаной.

Полдник

Маннй пудинг.

Печенье.

Йогурт.

Б – 57,2

Ж – 47,86

У – 222,24

КАЛ – 1656

Вит. С – 13,6