

М Е Н Ю

на 07 Мая 2024 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал
Завтрак			
1	Каша молочная геркулесовая	160	264
2	Кофейный напиток со сгущенным молоком	180	135
3	Хлеб пшеничный	20	131
4	Масло сливочное	5	37
Второй завтрак			
1	Груша	125	46
2			
Обед			
1	Щи из морской капусты на курином бульоне	250	167
2	Хлеб ржаной	20	82
3	Котлета из куриной грудки	60	175
4	Рис отварной	70	350
5	Огурец соленый порционно	96	21
6	Компот из сухофруктов	180	92
7			
Полдник			
1	Ацидолакт	100	92
2	Хлеб пшеничный	20	131
Ужин			
1	Капуста тушеная	40	94
2	Хлеб пшеничный	20	131
3	Курица отварная	40	155
4	Хлеб ржаной	36	82
5	Компот из изюма	180	68

Второй ужин			
1	Кефир	90	92
2	Хлеб пшеничный	17	131
3			