

М Е Н Ю

на 4 декабря 2024 г.

| № п/п | Наименование блюда | Выход, г | Калорийность, ккал |
|-----------------------|---|----------|--------------------|
| Завтрак | | | |
| 1 | Запеканка из творога | 100 | 247 |
| 2 | Чай с сахаром | 180 | 41 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 30 | 131 |
| 4 | Масло сливочное | 5 | 37 |
| Второй завтрак | | | |
| 1 | Компот из изюма | 180 | 100 |
| Обед | | | |
| 1 | Щи из свежей капусты на курином бульоне со сметаной | 200 | 115 |
| 2 | Хлеб ржаной | 20 | 41 |
| 3 | Макароны отварные | 150 | 103 |
| 4 | Шницель из курицы | 80 | 194 |
| 5 | Компот из кураги | 180 | 64 |
| Полдник | | | |
| 1 | Сок яблочный | 150 | 46 |
| 2 | Хлеб пшеничный | 20 | 121 |
| Ужин | | | |
| 1 | Котлета куриная | 85 | 172 |
| 2 | Гречка отварная | 130 | 175 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 20 | 121 |
| 4 | Чай с молоком | 180 | 43 |
| Второй ужин | | | |
| 1 | Кофе с молоком | 180 | 91 |
| 2 | Хлеб пшеничный | 20 | 121 |