

М Е Н Ю

на 5 февраля 2025 г.

167	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал
Завтрак			
1	Запеканка из творога со сметаной	160	247
2	Чай с молоком	180	43
3	Хлеб пшеничный	20	131
4	Масло сливочное	5	37
Второй завтрак			
1	Яблоко свежее	83	44
Обед			
1	Суп крестьянский на курином бульоне	200	113
2	Хлеб ржаной	20	76
3	Котлета куриная	90	123
4	Каша гречневая отварная	150	175
5	Компот из сухофруктов	180	84
Полдник			
1	Компот из кураги	180	64
2	Хлеб пшеничный	20	131
Ужин			
1	Курица отварная	100	195
2	макароны отварные	150	217
3	какао с молоком	180	117
4	Хлеб пшеничный	32	143
Второй ужин			
1	Кофейный напиток с молоком	180	91
2	Хлеб пшеничный	32	143
3			