

## М Е Н Ю

На 8 апреля 2025 г.

167	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал
<b>Завтрак</b>			
1	Каша манная молочная	200	247
2	Кофейный напиток с молоком	180	91
3	Хлеб пшеничный	20	131
4	Масло сливочное	5	37
<b>Второй завтрак</b>			
1	Сок яблочный	125	64
<b>Обед</b>			
1	Салат из свежей капусты	50	43
2	Щи из морской капусты с яйцом и сметаной	200	167
3	Хлеб ржаной	20	82
4	Курица тушеная в соусе с овощами	200	209
5	Компот из кураги	180	64
<b>Полдник</b>			
1	Ряженка	125	67
2	Хлеб пшеничный	20	131
<b>Ужин</b>			
1	Каша рисовая молочная	150	146
2	Чай с молоком	180	43
3	Хлеб пшеничный	40	151
<b>Второй ужин</b>			
1	Кофейный напиток с молоком	180	91
2	Хлеб пшеничный	40	151