

М Е Н Ю

На 8 июня 2026 г.

167	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал
Завтрак			
1	Макароны с сыром	150	157
2	Кофейный напиток	180	91
3	Хлеб пшеничный	20	131
4	Масло сливочное	5	37
Второй завтрак			
1	Сок яблочный	140	64
Обед			
1	Салат из зеленого горошка	50	69
2	Щи вегетарианские из свежей капусты	200	76
3	Хлеб ржаной	20	82
4	Котлета рыбная	80	117
5	Рис отварной	150	194
6	Компот из сухофруктов	180	84
Полдник			
1	Кефир	100	50
2	Булочка домашняя	20	131
Ужин			
1	Каша манная молочная	150	247
2	Снежок	150	76
4	Хлеб пшеничный	20	131
Второй ужин			
1	Снежок	100	68
2	Хлеб пшеничный	20	131
3			