

М Е Н Ю

На 9 июня 2025 г.

167	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал
Завтрак			
1	Каша гречневая с маслом и сахаром	150	235
2	Чай с сахаром	180	41
3	Хлеб пшеничный	20	131
4	Масло сливочное	5	37
Второй завтрак			
1	Сок яблочный	111	52
Обед			
1	Щи вегетарианские из свежей капусты	200	76
2	Хлеб ржаной	20	82
3	Рыба тушеная с овощами	80	55
4	Рис отварной	150	194
5	Компот из сухофруктов	180	84
Полдник			
1	Снежок	111	76
2	Хлеб пшеничный	20	131
Ужин			
1	Каша манная молочная	150	247
2	Кофейный напиток с молоком	180	91
3	Хлеб пшеничный	29	140
Второй ужин			
1	Кефир	166	50
2	Хлеб пшеничный	29	140
3	Яйцо вареное	30	135