

## М Е Н Ю

На 10 марта 2025 г.

167	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал
<b>Завтрак</b>			
1	Каша гречневая с сахаром и сливочным маслом	150	235
2	Чай с сахаром	180	41
3	Хлеб пшеничный	20	131
4	Масло сливочное	5	37
<b>Второй завтрак</b>			
1	Сок яблочный	165	64
<b>Обед</b>			
1	Суп рыбный	200	111
2	Хлеб ржаной	20	82
3	Тефтели из печени с рисом и сметаной	90	209
4	Макароны отварные	150	217
5	Компот из сухофруктов	180	84
<b>Полдник</b>			
1	Кисель	180	102
2	Хлеб пшеничный	20	131
<b>Ужин</b>			
1	Каша пшенная молочная	150	115
2	Кофейный напиток с молоком	180	91
3	Хлеб пшеничный	20	131
<b>Второй ужин</b>			
1	Компот из изюма	180	100
2	Хлеб пшеничный	20	131