

М Е Н Ю

На 11 марта 2026 г.

167	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал
Завтрак			
1	Каша манная молочная	200	247
2	Кофейный напиток с молоком	180	91
3	Хлеб пшеничный	20	131
4	Масло сливочное	5	37
Второй завтрак			
1	Компот из свежих яблок	180	97
Обед			
1	Свекольник на курином бульоне	200	256
2	Хлеб ржаной	20	82
3	Котлета из куриного мяса	80	123
4	Макароны отварные	150	217
5	Компот из кураги	180	64
Полдник			
1	Чай с сахаром	180	41
2	Хлеб пшеничный	20	131
Ужин			
1	Плов с куриным мясом	160	332
2	Кофейный напиток с молоком	180	91
3	Хлеб пшеничный	20	131
Второй ужин			
1	Какао с молоком	180	117
2	Хлеб пшеничный	20	131
3			