

М Е Н Ю

на 11 декабря 2024 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал
Завтрак			
1	Каша молочная геркулесовая	200	264
2	Кофейный напиток с молоком	180	135
3	Хлеб пшеничный	30	131
4	Масло сливочное	5	37
Второй завтрак			
1	бананы	150	89
Обед			
1	Суп фасолевый на курином бульоне	200	168
2	Хлеб ржаной	20	79
3	Котлета куриная	80	152
4	Рис отварной	150	194
5	Компот из чернослива	180	58
Полдник			
1	Чай с лимоном	180	41
2	Хлеб пшеничный	20	131
Ужин			
1	Плов с курицей	150	332
2	Хлеб пшеничный	30	141
3	Компот из свежих яблок	180	23,9
Второй ужин			
1	снежок	142	112
2	Хлеб пшеничный	30	141