

М Е Н Ю

На 13 марта 2025 г.

167	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал
Завтрак			
1	Запеканка из творога со сметаной	150	247
2	Чай с молоком	180	43
3	Хлеб пшеничный	23	133
4	Масло сливочное	5	37
Второй завтрак			
1	Сок яблочный	100	64
Обед			
1	Суп гороховый на курином бульон	200	121
2	Хлеб ржаной	49	102
3	Курица отварная	90	195
4	Макароны отварные	150	217
5	Компот из кураги	180	64
Полдник			
1	Чай с сахаром	180	41
2	Хлеб пшеничный	23	133
Ужин			
1	Каша манная молочная	150	247
2	Кофейный напиток с молоком	180	91
3	Хлеб пшеничный	25	135
Второй ужин			
1	Компот из сухофруктов	180	84
2	Хлеб пшеничный	26	136