

М Е Н Ю

На 13 марта 2026 г.

167	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал
Завтрак			
1	Каша рисовая молочная	200	146
2	Чай с сахаром	180	41
3	Хлеб пшеничный	20	131
4	Масло сливочное	5	37
Второй завтрак			
1	Компот из чернослива	180	58
Обед			
1	Суп гороховый на курином бульоне	200	121
2	Хлеб ржаной	20	82
3	Курица тушеная в соусе с овощами	230	209
4	Компот из сухофруктов	180	84
Полдник			
1	Кефир	125	50
2	Хлеб пшеничный	20	131
Ужин			
1			
2			
4			
5			
Второй ужин			
1			
2			
3			