

## М Е Н Ю

На 11 июля 2025 г.

167	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал
<b>Завтрак</b>			
1	Каша геркулесовая молочная	200	264
2	Чай с молоком	180	43
3	Хлеб пшеничный	28	139
4	Масло сливочное	5	37
<b>Второй завтрак</b>			
1	Сок яблочный	111	64
<b>Обед</b>			
1	Свекольник на курином бульоне	200	256
2	Хлеб ржаной	55	127
3	Плов с куриным мясом	190	332
4	Компот из сухофруктов	180	84
<b>Полдник</b>			
1	Снежок	111	76
2	Хлеб пшеничный	28	139
<b>Ужин</b>			
1			
2			
3			
4			
<b>Второй ужин</b>			
1			
2			