

## М Е Н Ю

на 15 ноября 2024 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, Ккал
<b>Завтрак</b>			
1	Каша пшённая молочная	200	115
2	Кофе с молоком	180	91
3	Хлеб пшеничный	20	131
4	Масло	5	36
<b>Второй завтрак</b>			
1	Груша	180	46
2			
<b>Обед</b>			
1	Салат из свежей капусты	50	43
2	Хлеб ржаной	20	82
3	Рассольник на курином бульоне	200	118
4	Рыба тушеная с овощами	80	55
5	Картофель отварной	150	82
6	Компот из чернослива	180	58
7			
<b>Полдник</b>			
1	Компот из свежих яблок	180	67
2	Хлеб пшеничный	20	131
3			
<b>Ужин</b>			
1			
2			
3			
4			
5			

Второй ужин			
1			
2			
3			