

М Е Н Ю

на 17 января 2025 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал
Завтрак			
1	Каша пшенная	200	115
2	Чай с сахаром	180	41
3	Хлеб пшеничный	22	133
4	Масло сливочное	5	37
Второй завтрак			
1	мандарины	125	53
Обед			
1	Рассольник на говяжьем бульоне	200	123
2	Хлеб ржаной	28	82
3	Рыба тушеная с овощами	80	55
4	Рис отварной	150	194
5	Компот из изюма	180	100
Полдник			
1	Сок яблочный	125	64
2	Хлеб пшеничный	22	131
Ужин			
1			
2			
3			
Второй ужин			
1			
2			