

М Е Н Ю

На 14 февраля 2025 г.

167	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал
Завтрак			
1	Макроны с маслом и сахаром	150	217
2	Кофейный напиток со сгущенным молоком	180	102
3	Хлеб пшеничный	20	131
4	Масло сливочное	5	37
Второй завтрак			
1	Компот из изюма	180	100
Обед			
1	Суп рыбный «Сайра»	200	167
2	Хлеб ржаной	20	47
3	Жаркое по домашнему из говядины	220	124
4	Компот из сухофруктов	180	84
Полдник			
1	Чай с сахаром	180	41
2	Хлеб пшеничный	20	131
Ужин			
1	Омлет	85	157
2	Какао с молоком	180	117
3	Хлеб пшеничный	20	131
Второй ужин			
1	Компот из кураги	180	64
2	Хлеб пшеничный	20	131
3			