

М Е Н Ю

на 17 декабря 2024 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал
Завтрак			
1	Каша манная	200	253
2	Какао с молоком	180	117
3	Хлеб пшеничный	20	131
4	Масло сливочное	5	37
Второй завтрак			
1	Компот из свежих груш	180	89
Обед			
1	Щи на курином бульоне со свежей капустой	200	60
2	Хлеб ржаной	20	76
3	Рыба тушеная с овощами	80	55
4	Рис отварной	150	194
5	Компот из кураги	180	59
Полдник			
1	снежок	150	86
2	Хлеб пшеничный	20	131
Ужин			
1	Макароны отварные	130	217
2	Курица отварная	80	195
3	Чай с сахаром	180	41
4	Хлеб пшеничный	20	131
Второй ужин			
1	Кофе с молоком	180	91
2	Хлеб пшеничный	20	131