

М Е Н Ю

на 18 ноября 2024 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, Ккал
Завтрак			
1	Гречка с сахаром и маслом	150	235
2	Кофе со сгущенным молоком	180	102
3	Хлеб пшеничный	20	131
4	Масло	5	36
Второй завтрак			
1	Сок	180	64
2			
Обед			
1	Огурец соленый порционный	50	12
2	Хлеб ржаной	20	82
3	Суп с зеленым горошком на говяжьем бульоне	200	152
4	Жаркое по-домашнему	160	124
5	Компот из изюма	180	100
6			
7			
Полдник			
1	Кисель	180	102
2	Хлеб пшеничный	20	131
3			
Ужин			
1	Каша овсяная	160	264
2	Какао с молоком	180	117
3	Хлеб пшеничный	20	131
4			
5			

Второй ужин			
1	Чай с сахаром	180	41
2	Хлеб пшеничный	20	131
3			