

М Е Н Ю

На 19 февраля 2025 г.

167	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал
Завтрак			
1	Каша геркулесовая молочная	200	264
2	Чай с молоком	180	43
3	Хлеб пшеничный	20	131
4	Масло сливочное	5	37
Второй завтрак			
1	Компот из чернослива	180	58
Обед			
1	Щи из морской капусты с яйцом и сметаной на курином бульоне	200	167
2	Хлеб ржаной	20	47
3	Биточки из курицы	80	140
4	Макароны отварные	150	217
5	Компот из сухофруктов	180	84
Полдник			
1	Сок яблочный	111	64
2	Хлеб пшеничный	20	131
Ужин			
1	Каша манная молочная	150	247
2	Хлеб пшеничный	25	136
3	Какао с молоком	180	117
Второй ужин			
1	Чай с сахаром	180	41
2	Хлеб пшеничный	25	136
3	Яйцо вареное	40	135