

М Е Н Ю

на 20 декабря 2024 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал
Завтрак			
1	Каша Дружба	200	264
2	Чай с сахаром	180	41
3	Хлеб пшеничный	28	143
4	Масло сливочное	5	37
Второй завтрак			
1	Сок яблочный	130	93
Обед			
1	Салат из свежих огурцов и помидор	50	103
2	Свекольник на говяжьем бульоне	200	256
3	Хлеб ржаной	34	102
4	Курица отварная	70	195
5	Макароны отварные	130	217
6	Компот из сухофруктов	180	92
Полдник			
1	Кефир	133	50
2	Хлеб пшеничный	28	143
Ужин			
1			
2			
3			
Второй ужин			
1			
2			
3			

