

М Е Н Ю

на 24 января 2025 г.

167	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал
Завтрак			
1	Каша пшенная молочная	200	115
2	Чай с сахаром	180	41
3	Хлеб пшеничный	17	123
Второй завтрак			
1	Бананы	125	137
Обед			
1	Салат из свеклы	50	46
2	Лапша на курином бульоне	200	249
3	Хлеб ржаной	27	86
4	Рыба тушеная с овощами	100	174
5	Картофель отварной	150	82
6	Компот из чернослива	180	58
Полдник			
1	ацидолакт	250	55
2	Хлеб пшеничный	17	123
Ужин			
1			
2			
3			
4			
Второй ужин			
1			
2			
3			