

## М Е Н Ю

на 24 декабря 2024 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал
<b>Завтрак</b>			
1	Каша манная	200	247
2	Какао с молоком	180	117
3	Хлеб пшеничный	20	131
4	Масло сливочное	5	37
<b>Второй завтрак</b>			
1	Груша свежая	130	46
<b>Обед</b>			
1	Суп гороховый на курином бульоне	200	121
2	Хлеб ржаной	20	82
3	Котлета куриная	80	123
4	Рис отварной	150	194
5	Компот из изюма	180	68
<b>Полдник</b>			
1	Кефир	130	50
2	Хлеб пшеничный	20	131
<b>Ужин</b>			
1	Курица отварная	80	195
2	Хлеб пшеничный	20	131
3	гречка отварная	150	175
4	Компот из кураги	180	64
<b>Второй ужин</b>			
1	Чай с молоком	180	43
2	Хлеб пшеничный	20	131