

М Е Н Ю

на 26 ноября 2024 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, Ккал
Завтрак			
1	Каша манная молочная	100	182
2	Кофе с молоком	180	91
3	Хлеб пшеничный	20	131
4	Масло	5	36
Второй завтрак			
1	Мандарины	140	53
2			
Обед			
1	Салат из свежих огурцов	60	35
2	Хлеб ржаной	20	82
3	Свекольник на курином бульоне	150	256
4	Курица тушеная с овощами	230	209
5	Компот из чернослива	180	58
6			
7			
Полдник			
1	Ряженка	180	67
2	Хлеб пшеничный	20	131
3			
Ужин			
1	Запеканка из творога	100	247
2	Компот из кураги	180	64
3	Хлеб пшеничный	20	131
4			
5			

Второй ужин			
1	Снежок	180	76
2	Хлеб пшеничный	20	131
3			