

М Е Н Ю

на 26 декабря 2024 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал
Завтрак			
1	Каша геркулесовая	200	264
2	Кофе с молоком	180	91
3	Хлеб пшеничный	20	131
4	Масло сливочное	5	37
Второй завтрак			
1	Компот из изюма	180	100
Обед			
1	Суп крестьянский на курином бульоне	200	124
2	Хлеб ржаной	20	82
3	Плов с курицей	180	332
4	Компот из чернослива	180	58
Полдник			
1	Чай с сахаром	180	41
2	Хлеб пшеничный	20	131
Ужин			
1	Котлета куриная	80	123
2	Хлеб пшеничный	20	131
3	Сыр	21	327
4	Макароны отварные	130	217
5	Какао с молоком	180	117
Второй ужин			
1	Каша геркулесовая	150	164
2	Хлеб пшеничный	20	131
3	снежок	142	76