

## М Е Н Ю

на 27 января 2025 г.

167	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал
<b>Завтрак</b>			
1	Каша гречневая с сахаром	150	201
2	Какао со сгущенным молоком	180	102
3	Хлеб пшеничный	20	131
<b>Второй завтрак</b>			
1	Напиток лимонный	180	42
<b>Обед</b>			
1	Щи вегетарианские со свежей капустой	200	308
2	Хлеб ржаной	20	78
3	Тефтели из говяжьей печени со сметанным соусом	80	156
4	Рис отварной	150	194
5	Компот из кураги	180	64
<b>Полдник</b>			
1	Сок яблочный	133	64
2	Хлеб пшеничный	20	131
<b>Ужин</b>			
1	Рыба припущенная в молоке	100	174
2	Макароны отварные	130	217
3	Чай с молоком	180	43
4	Хлеб пшеничный	20	131
<b>Второй ужин</b>			
1	Какао с молоком	180	117
2	Хлеб пшеничный	20	131
3			