

М Е Н Ю

на 31 января 2025 г.

167	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал
Завтрак			
1	Каша рисовая молочная	200	146
2	Кофейный напиток с молоком	180	102
3	Хлеб пшеничный	27	139
Второй завтрак			
1	Бананы	136	156
Обед			
1	Суп гречневый на курином бульоне	200	113
2	Хлеб ржаной	30	88
3	Макароны отварные	150	217
4	Курица отварная	80	195
5	Компот из сухофруктов	180	84
Полдник			
1	Кефир	136	50
2	Хлеб пшеничный	27	142
Ужин			
1			
2			
3			
4			
Второй ужин			
1			
2			
3			