

## М Е Н Ю

на 11 октября 2024 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал
<b>Завтрак</b>			
1	Лапша молочная	200	111
2	Чай с сахаром	180	41
3	Хлеб пшеничный	20	131
4	Масло	5	36
<b>Второй завтрак</b>			
1	Компот из кураги	180	64
2			
<b>Обед</b>			
1	Суп гороховый на курином бульоне	200	120
2	Хлеб ржаной	20	82
3	Котлета рыбная	80	117
4	Картофель отварной	150	82
5	Компот из сухофруктов	180	84
6			
7			
<b>Полдник</b>			
1	Снежок	180	76
2	Хлеб пшеничный	20	131
3			
<b>Ужин</b>			
1			
2			
3			
4			
5			

Второй ужин			
1			
2			
3			