

М Е Н Ю

на 6 ноября 2024 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал
Завтрак			
1	Каша манная молочная	200	182
2	Кофе с молоком	180	91
3	Хлеб пшеничный	20	131
4	Масло	5	36
Второй завтрак			
1	Мандарин	160	53
2			
Обед			
1	Суп гречневый на курином бульоне	200	113
2	Хлеб ржаной	20	82
3	Котлета куриная	80	123
4	Макароны отварные	150	217
5	Компот из кураги	180	64
6			
7			
Полдник			
1	Чай с сахаром	180	41
2	Хлеб пшеничный	20	131
3			
Ужин			
1	Курица отварная	100	195
2	Пюре картофельное	100	139
3	Хлеб пшеничный	20	131
4	Чай с молоком	180	43
5			

Второй ужин			
1	Какао с молоком	180	117
2	Хлеб пшеничный	20	131
3			