

## М Е Н Ю

на 7 ноября 2024 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность, ккал
<b>Завтрак</b>			
1	Каша овсяная молочная	200	264
2	Какао с молоком	180	117
3	Хлеб пшеничный	20	131
4	Масло	5	36
<b>Второй завтрак</b>			
1	Апельсин	150	53
2			
<b>Обед</b>			
1	Суп фасолевый на курином бульоне	200	168
2	Хлеб ржаной	20	82
3	Шницель из мяса кур	80	140
4	Рис отварной	150	194
5	Напиток из мандарина	180	69
6			
7			
<b>Полдник</b>			
1	Кефир	180	50
2	Хлеб пшеничный	20	131
3			
<b>Ужин</b>			
1	Котлета куриная	60	123
2	Макароны отварные	130	217
3	Хлеб пшеничный	20	131
4	Чай с молоком	180	43
5			

Второй ужин			
1	Молоко кипяченое	180	97
2	Хлеб пшеничный	20	131
3			