

## М Е Н Ю

На 25 сентября 2024 г.

| № п/п                 | Наименование блюда            | Выход, г | Калорийность, ккал |
|-----------------------|-------------------------------|----------|--------------------|
| <b>Завтрак</b>        |                               |          |                    |
| 1                     | Каша овсяная молочная         | 200      | 2264               |
| 2                     | Какао с молоком               | 180      | 117                |
| 3                     | Хлеб пшеничный                | 30       | 131                |
| 4                     | Масло сливочное               | 5        | 37                 |
| <b>Второй завтрак</b> |                               |          |                    |
| 1                     | Груша                         | 180      | 44                 |
| 2                     |                               |          |                    |
| <b>Обед</b>           |                               |          |                    |
| 1                     | Салат из свеклы с сыром       | 50       | 43                 |
| 2                     | Хлеб ржаной                   | 20       | 82                 |
| 3                     | Рассольник на курином бульоне | 200      | 118                |
| 4                     | Шницель куриный               | 140      | 194                |
| 5                     | Картофельное пюре             | 80       | 139                |
| 6                     | Компот из кураги              | 180      | 76                 |
| 7                     |                               |          |                    |
| <b>Полдник</b>        |                               |          |                    |
| 1                     | Кисель                        | 150      | 92                 |
| 2                     | Хлеб пшеничный                | 20       | 131                |
| 3                     |                               |          |                    |
| <b>Ужин</b>           |                               |          |                    |
| 1                     | Курица отварная               | 120      | 195                |
| 2                     | Хлеб пшеничный                | 30       | 131                |
| 3                     | Макароны отварные             | 150      | 217                |
| 4                     | Чай с молоком                 | 180      | 117                |
| 5                     | Хлеб ржаной                   | 20       | 82                 |

|             |                |     |     |
|-------------|----------------|-----|-----|
|             |                |     |     |
| Второй ужин |                |     |     |
| 1           | Кефир          | 180 | 82  |
| 2           | Хлеб пшеничный | 30  | 136 |
| 3           |                |     |     |