



# Меню

4 Января 2024 года

| <b>Завтрак</b>              | Выход в<br>граммах. | Ккал   |
|-----------------------------|---------------------|--------|
| Макароны с сыром            | 280                 | 294,7  |
| Масло сливочное             | 10                  | 74     |
| Чай с сахаром               | 200                 | 37,4   |
| Хлеб пшеничный              | 50                  | 118,2  |
| <b>Обед</b>                 |                     |        |
| Суп с крупой                | 250                 | 155,2  |
| Каша пшеничная              | 200                 | 196,2  |
| Мясо отварное               | 100/20              | 177,5  |
| Салат овощной               | 100                 | 128,5  |
| Компот из С/Ф               | 180                 | 71,8   |
| Хлеб пшеничный/ ржаной      | 50/50               | 202,2  |
| <b>Полдник</b>              |                     |        |
| Компот из яблок             | 250                 | 320    |
| Печенье                     | 100                 | 88,5   |
| <b>Ужин</b>                 |                     |        |
| Оладьи печёночные           | 100                 | 240,8  |
| Картофель отварной          | 200                 | 147,6  |
| Хлеб пшеничный              | 60                  | 141,9  |
| Кисель                      | 180                 | 148,2  |
| <b>Паужин (второй ужин)</b> |                     |        |
| Бифитон                     | 200                 | 212,08 |