



Меню

8 Января 2024 года

| Завтрак | Выход в граммах. | Ккал |
|-----------------------------|---------------------|--------|
| Макароны с сыром | 280 | 294,7 |
| Масло сливочное | 10 | 74 |
| Чай с сахаром | 200 | 37,4 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 118,2 |
| Обед | | |
| 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 |
| Полдник | | |
| Компот из яблок | 250 | 320 |
| Печенье | 100 | 88,5 |
| Ужин | | |
| Оладьи печёночные | 100 | 240,8 |
| Картофель отварной | 200 | 147,6 |
| Хлеб пшеничный | 60 | 141,9 |
| Кисель | 180 | 148,2 |
| Паужин (второй ужин) | | |
| Бифитон | 200 | 212,08 |