



# Меню

19 Сентября 2024 года

<b>Завтрак</b>	Выход в граммах	Ккал
Каша кукурузная	280	311,88
Масло сливочное	10	74,0
Чай с сахаром и лимоном	210	38,8
Хлеб пшеничный	50	118,2
<b>Обед</b>		
Борщ Сибирский	250	179,7
Куры в соусе	100/20	281,25
Каша перловая	200	196,2
Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	220,2
Овощи по сезону	100	14,0
Компот из плодов шиповника	180	122,9
<b>Полдник</b>		
Мармелад	100	283,0
Компот	250	108
<b>Ужин</b>		
Плов	320	494
Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	118,2
Какао с молоком	180	148,2
<b>Паужин (второй ужин)</b>		
Кефир	200	196,5