



# Меню

11 Сентября 2024 года

<b>Завтрак</b>	Выход в граммах	Ккал
Икра кабачковая	100	119,0
Омлет	200	267,0
Чай с сахаром	200	34,7
Хлеб пшеничный	50	94,56
<b>Обед</b>		
Суп солнечный	250	179,57
Мясо с луком	100/20	162,1
Макароны	200	241,0
Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	220,2
Овощи по сезону	100	113,0
Кисель	180	117,8
<b>Полдник</b>		
Компот цитрусовый	250	106,5
Вафли	100	120,6
<b>Ужин</b>		
Жаркое	320	386,0
Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	118,2
Какао с молоком	200	110,0
<b>Паужин (второй ужин)</b>		
Йогурт	200	201,4