



# Меню

17 Января 2024 года

<b>Завтрак</b>		Выход в граммах	Ккал
Каша гречневая	280	311,2	
Масло сливочное	20	74	
Чай с сахаром	200	37,4	
Хлеб пшеничный	50	94,56	
<b>Обед</b>			
Суп овощной	250	179,7	
Биточки говяжьи	100/50	281,25	
Картофель тушеный	200	147,2	
Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	220,2	
Овощи по сезону	100	21,6	
Шиповник	180	88,7	
<b>Полдник</b>			
Печенье	100	300,6	
Компот яблочный	250	106,5	
<b>Ужин</b>			
Печень по строгановски	100/20	228,75	
Каша пшеничная	200	159,5	
Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	220,2	
Кисель из свежих ягод	180	67	
Фрукты	100	45,2	
<b>Паужин (второй ужин)</b>			
Активилин	200	201,4	