



# Меню

18 Января 2024 года

<b>Завтрак</b>	Выход в граммах	Ккал
Макароны с сыром и сметаной	300	311,88
Масло сливочное	10	74
Чай с сахаром	200	37,4
Хлеб пшеничный	50	118,2
<b>Обед</b>		
Суп гороховый	250	153
Гуляш из отварного мяса	100/50	160,5
Капуста тушенная	200	147,6
Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	220,2
Салат из моркови и яблок	100	124,1
Напиток из плодов шиповника	180	122,9
<b>Полдник</b>		
Печенье	100	300,6
Напиток ягодный	250	106,6
<b>Ужин</b>		
Сосиски отварные	100/50	240,8
Картофель отварной	200	172,44
Хлеб ржаной	50/50	102
Кисель из ягод	180	117,8
Фрукты	100	45,2
<b>Паузин (второй ужин)</b>		
Бифитон	200	214,2