



# Меню

15 Октября 2024 года

<b>Завтрак</b>		Выход в граммах	Ккал
Каша овсяная без молока	280	213,5	
Масло сливочное	10	74	
Чай	200	38,8	
Хлеб пшеничный	50	118,2	
<b>Обед</b>			
Суп с брокколи	250	206,2	
Тефтели паровые	100/20	116,0	
Картофель отварной	200	162,0	
Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	220,2	
Компот	180	122,9	
<b>Полдник</b>			
Вафли	100	300,6	
Чай с сахаром	250	37,8	
<b>Ужин</b>			
Биточки любительские паровые	100/20	202,5	
Каша гречневая	200	258,6	
Хлеб пшеничный	50	118,2	
Компот из ягод	200	110,0	
<b>Паужин (второй ужин)</b>			
Яблоко печеное	100	300,6	