



# Меню

23 Ноября 2024 года

| <b>Завтрак</b>              | Выход в граммах. | Ккал   |
|-----------------------------|------------------|--------|
| Каша манная жидкая          | 280              | 294,7  |
| Сыр                         | 20               | 75,8   |
| Чай с сахаром и лимоном     | 200              | 38,8   |
| Хлеб пшеничный              | 50               | 118,2  |
| <b>Обед</b>                 |                  |        |
| Борщ Сибирский              | 250              | 179,7  |
| Каша перловая               | 200              | 196,2  |
| Котлеты                     | 100/20           | 177,5  |
| Салат                       | 100              | 128,5  |
| Компот из С/Ф               | 180              | 71,8   |
| Хлеб пшеничный/ ржаной      | 50/50            | 202,2  |
| <b>Полдник</b>              |                  |        |
| Чай с сахаром               | 200              | 34,7   |
| Зефир                       | 100              | 88,5   |
| <b>Ужин</b>                 |                  |        |
| Жаркое                      | 320              | 386,0  |
| Хлеб пшеничный/ ржаной      | 50/30            | 141,9  |
| Какао с молоком сгущённым   | 200              | 148,2  |
| <b>Паужин (второй ужин)</b> |                  |        |
| Фрукты                      | 200              | 212,08 |