



# Меню

## 14 Декабря 2024 года

<b>Завтрак</b>	Выход в граммах	Ккал
Макароны с сыром и сметаной	300	311,88
Чай с сахаром и лимоном	200	38,8
Хлеб пшеничный	50	118,2
Масло сливочное	10	74,0
<b>Обед</b>		
Борщ с картофелем и капустой	250	153,0
Капуста тушеная	200	147,6
Биточки рыбные	100/20	160,5
Хлеб ржаной	50	102,0
Хлеб пшеничный	50	118,2
Салат из моркови и яблок	100	124,1
Напиток из плодов шиповника	180	122,9
<b>Полдник</b>		
Пирожок с повидлом	100	300,6
Компот из цитрусовых	250	106,6
<b>Ужин</b>		
Печень по-строгановски	100/20	240,8
Картофель отварной	200	172,44
Хлеб ржаной	50	102,0
Кисель из клюквы	180	117,8
Апельсин	100	45,2
<b>Паужин (второй ужин)</b>		
Ряженка	200	214,2