



# Меню

17 Апреля 2024 года

| <b>Завтрак</b>              | Выход в граммах | Ккал   |
|-----------------------------|-----------------|--------|
| Каша овсяная                | 280             | 213,5  |
| Масло сливочное             | 10              | 74     |
| Сыр                         | 20              | 75     |
| Чай                         | 200             | 37,4   |
| Хлеб пшеничный              | 50              | 118,2  |
| <b>Обед</b>                 |                 |        |
| Суп вегетарианский          | 250             | 156,6  |
| Каша гречневая              | 200             | 196,2  |
| Котлеты паровые             | 100             | 281,5  |
| Хлеб пшеничный/ржаной       | 50/50           | 220,5  |
| Овощи по сезону             | 100             | 14     |
| Компот                      | 180             | 82,8   |
| <b>Полдник</b>              |                 |        |
| Вафли                       | 100             | 291,9  |
| Чай                         | 250             | 110    |
| <b>Ужин</b>                 |                 |        |
| Жаркое                      | 300             | 328,75 |
| Хлеб пшеничный              | 50              | 118,2  |
| Чай                         | 200             | 37,4   |
| <b>Паужин (второй ужин)</b> |                 |        |
| Простокваша                 | 150             | 222,7  |
| Яблоко                      | 100             | 58,6   |