



МЕНЮ
НА

16.10.24

Кол-во приёмов пищи	Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность, (ккал)
1	Завтрак	Каша пшеничная	205	240
		хлеб с соевым	40	111
		кофейный напиток	180	57
		йогурт	100	51
2	Обед	Суп куриный с вермишелью	200	78
		котлеты с гороховой соев.	260	438
		салат свежий с цукини	50	55
		сок	200	340
		хлеб жемчужный	20	49
		хлеб ржаной-пшеничный	50	99
3	Полдник	Молоко	200	107
		йогурт с клубникой	50	184
		фрукты	100	44
4	Ужин	Суп молочный с рисом	200	130
		хлеб жемчужный	30	74
		чай сладкий	180	34