



МЕНЮ
НА

18.11.24

Кол-во приёмов пищи	Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность, (ккал)
1	Завтрак	Молоко	40	63
		хлеб с маслом с солью	45	144
		чай сладкий	180	34
		бифидокефир	100	50
2	Обед	Борщ со сметаной	200	68
		мяс с говядиной	200	368
		салат: морковь + яблоко	50	45
		квашеная капуста	180	76
		хлеб жетра	20	49
		хлеб ржано-пшеничный	50	99
3	Полдник	Молоко	200	107
		сдоба	50	184
		фрукты	100	44
4	Ужин	Каша геркулесовая	205	222
		кисель	180	54
		хлеб жетра	30	74