



# Меню

24 Октября 2023 года

<b>Завтрак</b>	Выход в граммах	Ккал
Творог со сметаной	280	395,2
Масло сливочное	10	74
Чай с сахаром	200	37,4
Хлеб пшеничный	40	94,56
<b>Обед</b>		
Щи суточные	250	179,7
Биточки говяжьи	75/50	281,25
Каша перловая	200	196,2
Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	220,2
Овощи по сезону	100	21,6
Компот	180	88,7
<b>Полдник</b>		
Яблоко печёное	100	30,6
Компот	250	106,5
<b>Ужин</b>		
Котлеты	100/20	228,75
Пюре гороховое	200	159,5
Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	220,2
Напиток из свежих ягод	180	67
<b>Паужин (второй ужин)</b>		
Активилин	200	201,4



# Меню

25 Октября 2023 года

<b>Завтрак</b>	Выход в граммах	Ккал
Макароны с сыром и сметаной	300	311,88
Масло сливочное	10	74
Чай с сахаром	200	37,4
Хлеб пшеничный	50	118,2
<b>Обед</b>		
Суп гороховый	250	153
Гуляш из отварного мяса	50/75	160,5
Капуста тушенная	200	147,6
Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	220,2
Салат из моркови и яблок	100	124,1
Напиток из плодов шиповника	180	122,9
<b>Полдник</b>		
Печенье	100	300,6
Напиток ягодный	250	106,6
<b>Ужин</b>		
Сосиски отварные	75/50	240,8
Картофель отварной	200	172,44
Хлеб ржаной	50	102
Кисель из ягод	180	117,8
Фрукты	100	45,2
<b>Паузин (второй ужин)</b>		
Бифитон	200	214,2