



# Меню

12 Ноября 2023 года

| Завтрак                 |  | Выход в<br>граммах | Ккал   |
|-------------------------|--|--------------------|--------|
| Творог со сметаной      |  | 250                | 395,2  |
| Масло сливочное         |  | 10                 | 74     |
| Хлеб пшеничный          |  | 50                 | 94,56  |
| Чай с сахаром           |  | 200                | 37,4   |
| Обед                    |  |                    |        |
| Суп рисовый             |  | 250                | 179,7  |
| Гуляш из отварного мяса |  | 50/75              | 126,92 |
| Каша гречневая          |  | 200                | 171,59 |
| Овощи по сезону         |  | 100                | 12     |
| Компот из ягод          |  | 180                | 220,2  |
| Хлеб пшеничный/ржаной   |  | 50/50              | 117,8  |
| Полдник                 |  |                    |        |
| Фрукты                  |  | 100                | 283    |
| Шиповник                |  | 250                | 126    |
| Ужин                    |  |                    |        |
| Азу                     |  | 320                | 201,2  |
| Хлеб пшеничный/ржаной   |  | 50/30              | 118,2  |
| Кисель                  |  | 180                | 65,1   |
| Паужин (второй ужин)    |  |                    |        |
| Снежок                  |  | 200                | 252,2  |