



# Меню

22 Июня 2026 года

<b>Завтрак</b>	Выход в граммах	Ккал
Суп молочный с макаронными изделиями	250	207,75
Какао с молоком	200	154,00
Хлеб пшеничный	75	130,35
Сыр (порции)	15	68,34
Масло (порциями)	10	56,6
Яблоко	100	67,0
<b>Обед</b>		
Овощи натуральные соленые (огурцы)	100	10,0
Уха с крупой	250	124,25
Гуляш	120	220,8
Каша гречневая рассыпчатая	180	255,6
Соки фруктовые	200	110,0
Хлеб ржаной	60	92,4
Хлеб пшеничный	80	139,04
<b>Полдник</b>		
Молоко кипяченое	200	107,0
Запеканка из творога	130	295,39
Варенье	40	14,0
<b>Ужин</b>		
Суфле из печени	120	184,5
Рагу из овощей	180	116,41
Компот из смеси сухофруктов	200	80,0
Хлеб пшеничный	40	69,52
Хлеб ржаной	60	92,4
<b>Паужин (второй ужин)</b>		
Кефир	180	90,0
Хлеб пшеничный	20	34,76