



# Меню

14 Апреля 2023 года

| Завтрак                       | Выход в граммах | Ккал  |
|-------------------------------|-----------------|-------|
| Каша гречневая молочная       | 300             | 275,6 |
| Масло сливочное               | 15              | 111   |
| Хлеб пшеничный                | 50              | 118,8 |
| Чай с лимоном                 | 200             | 37,4  |
| Обед                          |                 |       |
| Суп картофельный с макаронами | 250             | 145,3 |
| Котлеты куриные               | 100/20          | 291,2 |
| Рис отварной                  | 200             | 213,3 |
| Хлеб пшеничный/ржаной         | 50/50           | 220,2 |
| Огурец солёный                | 100             | 13    |
| Компот из ягод                | 180             | 67    |
| Полдник                       |                 |       |
| Булочка ароматная             | 100             | 83,4  |
| Кисель                        | 250             | 320   |
| Ужин                          |                 |       |
| Гуляш                         | 75/50           | 202,8 |
| Капуста тушеная               | 200             | 148,3 |
| Хлеб пшеничный                | 50              | 118,2 |
| Хлеб ржаной                   | 30              | 102   |
| Сок                           | 200             | 110   |
| Паужин (второй ужин)          |                 |       |
| Ряженка                       | 200             | 217,2 |