



Ежедневное меню на 20.07.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Объем блюда	Калорийность
Завтрак	Каша манная на молоке	200/180	327,5
	Чай	200/180	132,2
	Бутерброд с повидлом	40/6	175,65
Второй завтрак	Фрукт	100	95
Обед	Щи из свежей капусты	200/180	104,7
	Макароны отварные	150/180	225,4
	Гуляш с мясом	60/70	247,2
	Компот из с/ф	200/180	110,6
	Хлеб	40	113,20
Полдник	Блины	80	216
	Чай с сахаром	200/180	132,2