



Ежедневное меню на 07.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Объем блюда	Калорийность
Завтрак	Каша геркулесовая на молоке	200/180	327,5
	Чай с лимоном	200/180	46,6
	Бутерброд с повидлом	40/6	175,65
	Сок	100	95
Второй завтрак	Щи из свежей капусты со сметаной	200/180	104,7
Обед	Макароны отварные	130/150	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