Меню на 15.10.2026 г.

Наименование блюда	**Вес**		**Количество калорий**	
Завтрак (не менее 350-400)	**1-3**	**3-7**	**1-3**	**3-7**
Каша пшенная	150	200	159	212
Чай сладкий	150	200	36,48	41
Хлеб с маслом	35/5	40/5	139	162,5
Второй завтрак (не менее 100)	**1-3**	**3-7**	**1-3**	**3-7**
Молоко	100	100	60	60
Вафли	20	20	11,6	11,6
Обед (не менее 450-600)	**1-3**	**3-7**	**1-3**	**3-7**
Бульон куриный с макаронными изделиями	150	200	127,6	170
Греча отварная	130	150	162	191
Гуляш из куры	60	70	88,2	137
Компот из яблок	150	200	73,2	98
Хлеб ржаной	30	50	64,2	96
Полдник (не менее 200-250)	**1-3**	**3-7**	**1-3**	**3-7**
Салат из свеклы с чесноком	40	60	30,52	45,78
Чай сладкий	150	200	36,48	41
Хлеб пшеничный	35	40	79,5	113