

**2 декабря 2024**

**Завтрак:**

Каша геркулесовая молочная с маслом, сахаром: 180 (230 ккал)

Кофейный напиток на сгущенном молоке: 180 (126 ккал)

Хлеб белый с маслом: 41/5 (167 ккал)

10.00 Сок фруктовый: 115/( 46 ккал)

**Обед:**

Суп лапша с курой 200 (94 ккал)

Капуста тушеная с курой, маслом 200 (249 ккал)

Компот из сухофруктов 180 (107 ккал)

Хлеб черный 50 (107 ккал)

**Полдник:**

Булочка сдобная 55 (197 ккал)

Йогурт 170 (170 ккал)

**Ужин**

Огурец свежий 40 ( 11 ккал)

Картофельное пюре с маслом 160 (147 ккал)

Чай сладкий 200 (51 ккал)

Хлеб белый 30 (106 ккал)