# Меню на 13.11.2023 г

## С 12 лет и старше

## ЗАВТРАК

| № тех. Карта и №рец. | Приём пищи, наименование блюда | Масса порц., г | Энерг. ценность, ккал. |
|---|---|---|---|
| 4/297 | Каша «Дружба» | 200 | 284,30 |
| 2/8 | Бутерброд с сыром | 30/20 | 335,49 |
| 1014 | Отвар шиповника | 200 | 37,88 |
| 209 | Яйцо варёное | 40 | 63,00 |

## ОБЕД

| № тех. Карта и № рец | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции, г | Энерг. Ценность, ккал. |
|---|---|---|---|
| **217** | **Суп вермишелевый на курином бульоне** | **250** | **174,30** |
| **637** | **Курица отварная с овощами** | **100** | **158,13** |
| **309** | **Макароны отварные** | **180** | **504,77** |
| **7** | **Хлеб ржаной** | **100** | **72,40** |
| **454** | **Выпечка** | **80** | **159,60** |
| **1014** | **Отвар шиповника** | **200** | **37,88** |