



Меню

3 Января 2024 года

Завтрак	Выход в граммах	Ккал
Творог со сметаной	250	395,2
Масло сливочное	10	74
Хлеб пшеничный	50	94,56
Чай с сахаром	200	37,4
Обед		
Суп рисовый	250	179,7
Гуляш из отварного мяса	50/75	126,92
Каша гречневая	200	171,59
Овощи по сезону	100	12
Компот из ягод	180	220,2
Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	117,8
Полдник		
Фрукты	100	283
Шиповник	250	126
Ужин		
Азу	320	201,2
Хлеб пшеничный/ржаной	50/30	118,2
Кисель	180	65,1
Паужин (второй ужин)		
Снежок	200	252,2