



Меню

23 Января 2024 года

Завтрак		Выход в граммах	Ккал
Каша овсяная		280	213,5
Масло сливочное		20	74
Чай		200	38,8
Хлеб пшеничный		50	118,2
Обед			
Суп с брокколи		250	206,2
Тефтели		120	116
Картофель запечённый		200	162
Хлеб пшеничный/ржаной		50/50	220,2
Салат из моркови		100	21,6
Компот из плодов шиповника		180	122,9
Полдник			
Вафли		100	300,6
Чай		250	38,8
Ужин			
Биточки любительские		100/20	202,5
Каша гречневая		200	258,6
Хлеб пшеничный		50/50	118,2
Компот		180	110
Паужин (второй ужин)			
Актифилин		200	108