



Меню

1 Июня 2024 года

| Завтрак | Выход в граммах | Ккал |
|---------------------------------------|-----------------|-------|
| Запеканка творожная | 290 | 395,2 |
| Масло сливочное | 10 | 74 |
| Чай с сахаром | 200 | 34,7 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 94,56 |
| Обед | | |
| Суп картофельный с рыбой | 250 | 94,2 |
| Рыба припущенная | 100/20 | 116 |
| Картофель запечённый в молоке | 200 | 162 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 50/50 | 220,2 |
| Салат из свеклы с маслом растительным | 100 | 150,1 |
| Кисель из ягод | 180 | 117,8 |
| Полдник | | |
| Компот цитрусовый | 250 | 106,5 |
| Пирожок с повидлом | 100 | 30,6 |
| Ужин | | |
| Плов (индейка) | 320 | 494 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 50/50 | 118,2 |
| Компот из ягод | 200 | 66 |
| Паужин (второй ужин) | | |
| Фрукты | 150 | 100,8 |
| Мармелад | 50 | 106,2 |