



Меню

3 Сентября 2024 года

| Завтрак | Выход в граммах | Ккал |
|----------------------------------|-----------------|--------|
| Запеканка творожная | 300 | 395,2 |
| Масло сливочное | 10 | 74 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 94,56 |
| Чай с сахаром | 200 | 37,4 |
| Обед | | |
| Борщ Сибирский | 250 | 179,7 |
| Запеканка картофельная с печенью | 320 | 364,6 |
| Овощи по сезону | 100 | 12 |
| Кисель из ягод | 180 | 220,2 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 50/50 | 117,8 |
| Полдник | | |
| Мармелад | 100 | 283 |
| Сок | 250 | 126 |
| Ужин | | |
| Биточки говяжьи | 100/20 | 201,37 |
| Макаронны отварные | 200 | 236 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 50/30 | 118,2 |
| Напиток из ягод | 200 | 65,1 |
| Паужин (второй ужин) | | |
| Снежок | 200 | 252,2 |