



Меню

29 Сентября 2024 года

Завтрак		Выход в граммах	Ккал
Каша молочная пшенная	280	213,5	
Масло сливочное	10	74	
Сыр	20	75,8	
Чай с сахаром	200	38,8	
Хлеб пшеничный	50	118,2	
Обед			
Суп гороховый с мясом	250	206,2	
Плов	320	371,16	
Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	220,2	
Овощи по сезону	100	21,6	
Компот из плодов шиповника	180	122,9	
Полдник			
Печенье	100	91,2	
Напиток	250	106,5	
Ужин			
Котлеты	100/20	177,5	
Каша гречневая	200	258,6	
Хлеб пшеничный	50/30	118,2	
Сок	200	110	
Паужин (второй ужин)			
Молоко	200	108	