



Меню

4 Октября 2024 года

Завтрак	Выход в граммах	Ккал
Каша рисовая молочная	300	296,9
Масло сливочное	10	74
Чай с сахаром	200	37,4
Хлеб пшеничный	60	141,9
Обед		
Уха ростовская	250	87,3
Поджарка свиная	100/20	232,12
Гречка отварная	200	258,5
Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	220,2
Овощи по сезону	100	14
Компот из С/Ф	200	71,8
Полдник		
Молоко	250	106
Пирожок с повидлом	100	300,6
Ужин		
Печень по строгановски	100/20	171,8
Картофель отварной	220	154,9
Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	220,2
Какао с молоком	180	130,8
Паужин (второй ужин)		
Йогурт	200	112,9
Зефир	50	118,6