



Меню

12 Октября 2024 года

Завтрак	Выход в граммах	Ккал
Каша манная молочная	280	160,5
Масло сливочное	10	74
Сыр	20	75
Чай с лимоном	200	38,8
Хлеб пшеничный	50	118,2
Обед		
Суп лапша с индейкой	250	156,6
Каша перловая	200	196,2
Куры в соусе	100/20	281,5
Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	220,5
Салат	100	14,0
Компот из плодов шиповника	180	71,8
Полдник		
Зефир	100	291,9
Сок	250	110
Ужин		
Печень по-строгановски	75/50	240,8
Каша гречневая	200	288,7
Хлеб пшеничный	50/30	118,2
Чай с лимоном	200	38,8
Паужин (второй ужин)		
Активилин	200	214,2