



Меню

14 Октября 2024 года

Завтрак	Выход в граммах	Ккал
Каша гречневая молочная	300	275,6
Масло сливочное	15	111,0
Хлеб пшеничный	50	118,8
Чай с сахаром и лимоном	200	37,4
Обед		
Рассольник Ленинградский	250	192,0
Биточки рыбные	100/20	160,5
Рис отварной	200	213,3
Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	220,2
Овощи по сезону	100	13,0
Напиток из ягод	180	67,0
Полдник		
Булочка ароматная	100	83,4
Кисель	250	320
Ужин		
Плов	320	371,6
Хлеб пшеничный	50	118,2
Хлеб ржаной	30	102
Сок	200	110
Паужин (второй ужин)		
Активин	200	201,4