



Меню

22 Октября 2023 года

Завтрак	Выход в граммах	Ккал
Макароны с сыром и сметаной	280	311,88
Масло сливочное	10	74
Чай с сахаром и лимоном	210	38,8
Хлеб пшеничный	50	118,2
Обед		
Суп из овощей с бобовыми	250	168,8
Плов (курица)	320	471,25
Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	220,2
Овощи по сезону	100	14
Компот из С/Ф	180	71,8
Полдник		
Пирожок с повидлом	100	300,6
Молоко	250	108
Ужин		
Печень по строгановски	75/50	240,8
Картофель отварной	200	172,44
Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	118,2
Компот цитрусовый	180	106,5
Фрукты	100	42,2
Паужин (второй ужин)		
Ряженка	200	196,5