



Меню

19 Сентября 2023 года

Завтрак	Выход в граммах	Ккал
Каша молочная пшениная	280	213,5
Масло сливочное	10	74
Сыр	20	75,8
Чай с лимоном	200	38,8
Хлеб пшеничный	50	118,2
Обед		
Суп гороховый с мясом	250	206,2
Плов (говядина)	320	371,16
Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	220,2
Овощи по сезону	100	21,6
Компот из плодов шиповника	180	122,9
Полдник		
Пирожок с яблоком	100	300,6
Напиток из апельсин	250	106,5
Ужин		
Котлеты (свинина)	100/20	202,5
Каша гречневая	200	258,6
Хлеб пшеничный	50	118,2
Сок	180	110
Паужин (второй ужин)		
Молоко	150	108
Зефир	50	109,8