



Меню

30 Сентября 2023 года

Завтрак		Выход в граммах	Ккал
Каша рисовая		300	296,9
Масло сливочное		10	74
Чай с сахаром		200	37,4
Хлеб пшеничный		60	141,9
Обед			
Суп овощной		250	87,3
Говядина отварная		100	232,12
Гречка отварная		200	258,5
Хлеб пшеничный/ржаной		50/50	220,2
Овощи по сезону		100	14
Компот из С/Ф		180	71,8
Полдник			
Компот из яблок		250	106
Печенье		100	300,6
Ужин			
Сосиски отварные		100	171,8
Картофель отварной		200	154,9
Хлеб пшеничный/ржаной		50/50	220,2
Чай		180	130,8
Паужин (второй ужин)			
Фрукты		200	112,9