



Меню

9 Октября 2023 года

Завтрак		Выход в граммах	Ккал
Каша кукурузная		280	311,88
Масло сливочное		10	74
Чай с сахаром и лимоном		210	38,8
Хлеб пшеничный		50	118,2
Обед			
Суп крупяной		250	168,8
Макаронник		320	471,25
Хлеб пшеничный/ржаной		50/50	220,2
Овощи по сезону		100	14
Кисель из ягод		180	71,8
Полдник			
Печенье		100	300,6
Компот		250	108
Ужин			
Плов		320	494
Хлеб пшеничный/ржаной		50/50	118,2
Компот из ягод		200	106,5
Паужин (второй ужин)			
Кефир		200	196,5