



Меню

10 Октября 2023 года

Завтрак	Выход в граммах	Ккал
Каша овсяная	280	160,5
Сыр	20	75
Масло сливочное	10	74
Чай	200	37,4
Хлеб пшеничный	50	118,2
Обед		
Суп вегетарианский	250	153
Котлеты паровые	100	281,5
Каша гречневая	200	196,2
Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	220,2
Огурец свежий	100	12,4
Напиток из ягод	180	67
Полдник		
Вафли	100	271,05
Чай	250	37,4
Ужин		
Жаркое	320	385
Хлеб пшеничный	50	118,2
Чай	180	37,4
Паужин (второй ужин)		
Простокваша	150	108
Яблоко	100	106,2