



Меню

19 Марта 2024 года

Завтрак		Выход в граммах	Ккал
Каша кукурузная		280	395,2
Масло сливочное		10	74
Чай с сахаром		200	34,7
Хлеб пшеничный		40	94,56
Обед			
Суп крупяной		250	94,2
Макаронник		300	286
Хлеб пшеничный/ржаной		50/50	220,2
Салат		100	150,1
Кисель из ягод		180	117,8
Полдник			
Компот		250	106,5
Печенье		100	30,6
Ужин			
Плов		320	494
Хлеб пшеничный/ржаной		50/50	118,2
Компот из ягод		200	66
Паужин (второй ужин)			
Кефир		200	200,8