



Меню

23 Октября 2024 года

Завтрак	Выход в граммах	Ккал
Каша гречневая молочная	300	275,6
Масло сливочное	15	111,0
Хлеб пшеничный	50	118,8
Чай с сахаром и лимоном	200	37,4
Обед		
Суп картофельный с макаронами	250	145,3
Котлеты куриные	100/20	291,2
Рис отварной	200	213,3
Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	220,2
Овощи по сезону	100	13,0
Напиток из ягод	180	67,0
Полдник		
Печенье	100	91,2
Кисель	250	320
Ужин		
Гуляш	100/25	202,8
Овощи тушеные	200	148,3
Хлеб пшеничный	50	118,2
Хлеб ржаной	30	102
Сок	200	110
Паужин (второй ужин)		
Ряженка	200	217,2