



Меню

14 Ноября 2024 года

Завтрак		Выход в граммах	Ккал
Запеканка творожная с джемом	300	395,2	
Масло сливочное	10	74	
Чай с сахаром	200	38,8	
Хлеб пшеничный	50	118,2	
Обед			
Суп гороховый	250	206,2	
Плов	320	371,16	
Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	220,2	
Овощи по сезону	100	21,6	
Компот из плодов шиповника	180	122,9	
Полдник			
Молоко	250	106	
Булочка	100	83,4	
Ужин			
Котлеты	100/20	177,5	
Каша гречневая	200	258,6	
Хлеб пшеничный	50/30	118,2	
Сок	200	110	
Паужин (второй ужин)			
Молоко	200	108	