



Меню

30 Ноября 2024 года

Завтрак		Выход в граммах	Ккал
Икра кабачковая		100	119,0
Омлет		200	267,0
Хлеб пшеничный		50	94,56
Чай с сахаром и лимоном		200	37,4
Обед			
Борщ Сибирский		250	179,7
Котлеты рыбные		100/20	160,5
Гречка отварная		200	258,5
Хлеб пшеничный/ржаной		50/50	220,2
Овощи по сезону		100	14
Компот из С/Ф		200	71,8
Полдник			
Печенье		100	91,2
Напиток		250	106,5
Ужин			
Бефстроганов		100/20	175,2
Макаронны отварные		200	241,0
Хлеб пшеничный/ржаной		50/50	118,2
Какао с молоком		180	130,8
Паужин (второй ужин)			
Йогурт		200	112,9