



Меню

01 Декабря 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	
Салат	100	128,5	
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	
Паузин (второй ужин)			
Ряженка	200	217,2	