



Меню

22 Декабря 2024 года

Завтрак		Выход в граммах	Ккал
Запеканка творожная с джемом	280	395,2	
Масло сливочное	10	74,0	
Чай с сахаром	200	34,7	
Хлеб пшеничный	40	94,56	
Обед			
Суп Картофельный с рыбой	250	94,2	
Рыба припущенная	100/20	116,0	
Картофель запеченный в молоке	200	162,0	
Салат из свеклы с маслом растительным	100	150,1	
Хлеб пшеничный	50	118,2	
Хлеб /ржаной	50	102,0	
Кисель	180	117,8	
Полдник			
Пирожок с повидлом	150	300,6	
Компот из цитрусовых	200	106,5	
Ужин			
Плов	380	494,0	
Хлеб пшеничный	50	118,2	
Компот из ягод	200	66,0	
Паужин (второй ужин)			
Мармелад	50	106,2	
Фрукты	150	100,8	