



Меню

26 Января 2025 года

Завтрак		Выход в граммах.	Ккал
Каша пшеничная молочная		280	213,5
Масло сливочное		10	74,0
Сыр		20	75,8
Чай с сахаром и лимоном		200	38,8
Хлеб пшеничный		50	118,2
Обед			
Лапша с морковью и индейкой		250	156,6
Каша перловая		200	196,2
Куры в соусе		100/20	281,5
Овощи по сезону		100	14,0
Хлеб пшеничный		50	118,2
Хлеб ржаной		50	102,0
Сок		180	82,8
Полдник			
Сок		250	110,0
Зефир		100	291,9
Ужин			
Котлета		100/50	228,75
Каша гречневая		200	288,7
Хлеб пшеничный		50	118,2
Чай с сахаром и лимоном		200	38,8
Паужин (второй ужин)			
Йогурт		200	222,7