



Меню

24 Февраля 2024 года

Завтрак	Выход в граммах	Ккал
Каша пшеничная молочная	280	213,5
Масло сливочное	10	74
Сыр	20	75
Чай с лимоном	200	38,8
Хлеб пшеничный	50	118,2
Обед		
Суп лапша с индейкой	250	156,6
Каша перловая	200	196,2
Куры в соусе	100/20	281,5
Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	220,5
Овощи по сезону	100	14
Сок	180	82,8
Полдник		
Зефир	100	291,9
Сок	250	110
Ужин		
Котлеты (говядина)	100/20	228,75
Каша гречневая	200	288,7
Хлеб пшеничный	50/30	118,2
Чай с лимоном	200	38,8
Паужин (второй ужин)		
Йогурт	200	222,7