



Меню

19 Октября 2023 года

Завтрак		Выход в граммах	Ккал
Масло сливочное		10	74
Творог со сметаной		250	267
Чай		200	38,8
Хлеб пшеничный		50	118,2
Обед			
Суп рисовый		250	179,57
Гуляш		50/75	126,52
Каша гречневая		200	171,59
Хлеб пшеничный/ржаной		50/50	220,2
Салат овощной		100	146,6
Компот из ягод		180	77,24
Полдник			
Напиток из плодов шиповника		200	122,93
Фрукты		150	286,68
Ужин			
Азу		300	211,53
Хлеб пшеничный/ржаной		50/50	118,2
Какао с молоком		180	130,8
Паужин (второй ужин)			
Актифилин		200	222,7