



Меню

21 Октября 2023 года

Завтрак		Выход в граммах	Ккал
Каша овсяная		280	395,2
Масло сливочное		10	74
Чай с сахаром		200	34,7
Хлеб пшеничный		54	94,56
Обед			
Суп с брокколи		250	94,2
Тефтели		100	116
Картофель запечённый		200	162
Хлеб пшеничный/ржаной		50/50	220,2
Салат из моркови		100	150,1
Компот		200	117,8
Полдник			
Чай		250	106,5
Вафли		100	30,6
Ужин			
Биточки любительские		100	251,2
Каша гречневая		200	258,6
Хлеб пшеничный/ржаной		50/50	118,2
Компот из ягод		200	66
Паужин (второй ужин)			
Актифилин		150	215,8