



Меню

29 Октября 2023 года

Завтрак		Выход в граммах	Ккал
Каша овсяная		300	275,6
Масло сливочное		15	111
Хлеб пшеничный		50	118,8
Чай с лимоном		200	37,4
Обед			
Суп вегетарианский		250	145,3
Мясо тушенное		75/50	291,2
Гречка отварная		200	213,3
Хлеб пшеничный/ржаной		50/50	220,2
Овощи по сезону		100	13
Компот из С/Ф		180	67
Полдник			
Яблоко печёное		100	83,4
Шиповник		250	320
Ужин			
Макаронник		300	202,8
Хлеб пшеничный		50	118,2
Хлеб ржаной		30	102
Компот из ягод		200	110
Паужин (второй ужин)			
Простокваша		200	217,2