



Меню

7 Ноября 2023 года

Завтрак		Выход в граммах	Ккал
Каша овсяная		280	160,5
Сыр		20	75
Масло сливочное		10	74
Чай		200	37,4
Хлеб пшеничный		50	118,2
Обед			
Суп вегетарианский		250	153
Котлеты паровые		100	281,5
Каша гречневая		200	196,2
Хлеб пшеничный/ржаной		50/50	220,2
Огурец свежий		100	12,4
Напиток из ягод		180	67
Полдник			
Вафли		100	271,05
Чай		250	37,4
Ужин			
Жаркое		320	385
Хлеб пшеничный		50	118,2
Чай		180	37,4
Паужин (второй ужин)			
Простокваша		150	108
Яблоко		100	106,2