



Меню

21 Марта 2024 года

Завтрак		Выход в граммах	Ккал
Каша рисовая		280	311,88
Масло сливочное		10	74
Чай с сахаром		210	37,4
Хлеб пшеничный		50	118,2
Обед			
Суп лапша		250	168,8
Мясо тушенное с луком		100/20	162,1
Каша гречневая		200	288
Хлеб пшеничный/ржаной		50/50	220,2
Овощи по сезону		100	14
Компот из С/Ф		180	71,8
Полдник			
Печенье		100	300,6
Кисель из ягод		250	108
Ужин			
Печень по строгановски		100/20	240,8
Картофель отварной		200	172,44
Хлеб пшеничный/ржаной		50/50	118,2
Какао		180	106,5
Фрукты		100	42,2
Паужин (второй ужин)			
Кефир		200	196,5