Мартыненко Владислав Александрович

Подписано цифровой подписью: Мартыненко Владислав Александрович

Меню

10 Ноября 2026 года

Завтрак	Выход в граммах	Ккал
Каша жидкая молочная из манной крупы	250	288,3
Кофейный напиток с молоком	200	55,88
Хлеб пшеничный	85	147,73
Сыр (порции)	15	68,34
Масло порциями	10	56,6
Фрукты	100	67,0
Обед		
Салат из свеклы с чесноком	100	131,0
Борщ с капустой и картофилем	250	103,75
Сметана	5	3,1
Котлеты/биточки/шницели	120	186,35
Картофель и овощи, тушенные в соусе	180	187,2
Компот из свежих плодов (яблоки, ягоды)	200	114,6
Хлеб ржаной	60	92,4
Хлеб пшеничный	80	139,04
Полдник		
Соки фруктовые	200	110,0
Булочка веснушка	50	239,0
Фрукты	100	53,0
Ужин		
Рыба припущенная	120	189,0
Макароны отварные с овощами	180	172,08
Чай с сахаром	200	25,82
Хлеб пшеничный	40	69,52
Хлеб ржаной	60	92,4
Паужин (второй ужин)		
Снежок	180	93,6
Хлеб пшеничный	20	34,76