Мартыненко Владислав Александрович

Подписано цифровой подписью: Мартыненко Владислав Александрович

Меню

21 Ноября 2026 года

Завтрак	Выход в граммах	Ккал
Суп молочный с крупой (рисовой)	245	197,847
Какао с молоком	200	154,0
Хлеб пшеничный	80	139,04
Масло (порциями)	10	56,6
Сыр (порциями)	15	68,34
Фрукты	100	53,0
Обед		
Салат из моркови с курагой	100	75,3
Щи из свежей капусты с картофелем	250	89,75
Птица отварная	110	313,35
Рагу из овощей	200	129.34
Компот из ягод	200	55,4
Фрукты	100	67,0
Хлеб ржаной	60	92,4
Хлеб пшеничный	80	139,04
Полдник		
Соки фруктовые	200	110,0
Запеканка из творога	130	295,39
Молоко сгущенное с сахаром	25	12,48
Ужин		
Печень по-строгановски	120	189,6
Макаронные изделия отварные	180	212,14
Чай с молоком и сахаром	200	75,34
Хлеб пшеничный	40	69,52
Хлеб ржаной	60	92,4
Паужин (второй ужин)		
Йогурт	200	134,0