Мартыненко Владислав Александрович

Подписано цифровой подписью: Мартыненко Владислав Александрович

Меню

22 Ноября 2026 года

Завтрак	Выход в граммах	Ккал
Каша жидкая молочная с крупой (рисовой)	240	286,85
Кофейный напиток с молоком	200	55,88
Хлеб пшеничный	85	147,73
Масло (порциями)	10	56,6
Сыр (порциями)	15	68,34
Фрукты	100	67,0
Обед		
Винегрет овощной	100	130,0
Суп картофельный с бобовыми	250	148,25
Голубцы ленивые (с соусом, сметаной, томатом)	280	378,5
Компот из изюма	200	75,8
Хлеб ржаной	60	92,4
Хлеб пшеничный	80	139,04
Полдник		
Соки фруктовые	200	110,0
Фрукты	100	67,0
Пирожки печенные из дрожжевого теста с джемом	50	240,5
Ужин		
Овощи консервированные (огурцы)	100	36,0
Рыба запеченная с яйцом	120	193,72
Картофель отварной (с маслом)	180	180,0
Чай с сахаром	200	25,82
Хлеб ржаной	60	92,4
Паужин (второй ужин)		
Снежок	180	93,6
Хлеб пшеничный	20	34.76