



Меню

4 Октября 2023 года

Завтрак		Выход в граммах	Ккал
Каша овсяная		280	213,5
Масло сливочное		10	74
Сыр		20	75,8
Чай		200	38,8
Хлеб пшеничный		50	118,2
Обед			
Суп лапша		250	206,2
Плов (говядина)		320	371,16
Хлеб пшеничный/ржаной		50/50	220,2
Овощи по сезону		100	21,6
Компот из плодов шиповника		180	122,9
Полдник			
Вафли		100	300,6
Чай		250	38,8
Ужин			
Сосиски		100/20	202,5
Каша гречневая		200	258,6
Хлеб пшеничный		50	118,2
Компот		180	110
Паужин (второй ужин)			
Простокваша		200	108