

Меню

23 Сентября 2026 года

Завтрак		Выход в граммах	Ккал
Каша рассыпчатая гречневая (с молоком)		240	243,67
Кофейный напиток с молоком сгущенным		200	173,4
Хлеб пшеничный		45	78,21
Сыр (порциями)		15	68,34
Масло порциями		10	56,6
Фрукты		100	67,0
Обед			
Салат из свеклы отварной		100	52,8
Уха с крупой		250	124,25
Оладьи из печени		120	224,62
Пюре картофельное с морковью		180	150,12
Компот из свежих плодов		200	114,6
Фрукты		100	53,0
Хлеб ржаной		60	92,4
Хлеб пшеничный		80	139,04
Полдник			
Соки фруктовые		200	110,0
Сырники из творога с морковью		150	258,0
Сметана		15	24,3
Ужин			
Овощи натуральные соленые (огурцы)		100	10,0
Капуста тушеная с мясом		280	337,54
Напиток из шиповника		200	117,0
Хлеб ржаной		60	92,4
Паужин (второй ужин)			
Йогурт		200	134,0