Мартыненко Владислав Александрович

Подписано цифровой подписью: Мартыненко Владислав Александрович

Меню

29 Ноября 2026 года

Завтрак	Выход в граммах	Ккал
Каша жидкая молочная (овсяная)	245	285,94
Кофейный напиток с молоком	200	55,88
Хлеб пшеничный	80	139,04
Масло (порциями)	10	56,6
Сыр (порциями)	15	68,34
Фрукты	100	67,0
Обед		
Салат из квашенной капусты	100	54,7
Суп-харчо	250	190,25
Макаронные изделия отварные	180	112,14
Тефтели мясные (ежики)	120	213,47
Компот из плодов консервиров	200	153,4
Хлеб ржаной	60	92,4
Хлеб пшеничный	80	139,04
Полдник		
Соки фруктовые	200	110,0
Вареники ленивые отварные с молоком сгущенным	250	293,75
Ужин		
Рыба запеченная с яйцом	120	293,72
Картофель отварной (с маслом)	180	180,0
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