



Меню

20 Декабря 2022 года

Завтрак		Выход в граммах	Ккал
Запеканка творожная с джемом		280	395,2
Масло сливочное		10	74
Чай с сахаром		200	37,4
Хлеб пшеничный		40	94,56
Обед			
Борщ Сибирский		250	179,7
Куры в соусе		100/20	281,25
Каша перловая		200	196,2
Хлеб пшеничный/ржаной		50/50	220,2
Овощи по сезону		100	21,6
Компот из яблок		180	88,7
Полдник			
Пирожок с повидлом		100	30,6
Компот		250	106,5
Ужин			
Котлеты		100/20	228,75
Пюре картофельное		200	159,5
Хлеб пшеничный/ржаной		50/50	220,2
Напиток из свежих ягод		180	67
Паужин (второй ужин)			
Йогурт		200	201,4