



Меню

20 Января 2024 года

Завтрак	Выход в граммах	Ккал
Каша гречневая молочная	300	275,6
Масло сливочное	15	111
Хлеб пшеничный	50	118,8
Чай с лимоном	200	37,4
Обед		
Суп картофельный с макаронами	250	145,3
Котлеты куриные	100/20	291,2
Рис отварной	200	213,3
Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	220,2
Огурец солёный	100	13
Компот из ягод	180	67
Полдник		
Булочка ароматная	100	83,4
Кисель	250	320
Ужин		
Гуляш	100/50	202,8
Капуста тушеная	200	148,3
Хлеб пшеничный	50	118,2
Хлеб ржаной	30	102
Сок	200	110
Паузин (второй ужин)		
Ряженка	200	217,2