



Меню

12 Января 2025года

Завтрак	Выход в граммах	Ккал
Каша молочная пшеничная	280	213,5
Масло сливочное	10	74,0
Сыр	20	75,8
Хлеб пшеничный	50	118,2
Чай с сахаром и лимоном	200	38,8
Обед		
Суп гороховый с мясом	250	206,2
Плов	320	371,06
Овощи по сезону	100	21,6
Хлеб пшеничный	50	118,2
Хлеб ржаной	50	102,0
Напиток из плодов шиповника	180	122,9
Полдник		
Напиток из апельсин	250	106,5
Пирожок с яблоком	100	300,6
Ужин		
Каша гречневая	200	258,6
Котлеты свинины	100/20	202,5
Хлеб пшеничный	50	118,2
Сок	180	110,0
Паужин (второй ужин)		
Зефир	50	109,8
Молоко 3,2%	150	108,0