

3-7

Меню на 21.07.2023г.

39.

Завтрак

Омлет натуральный 130 гр. (ккал 215,00)

Зеленый горошек 35гр. (ккал 19,25)

Какао с молоком 200 гр. (ккал 93,00)

Бутерброд с маслом 28 гр. (ккал 99,00)

2-Завтрак

Сок фруктовый 190 гр. (ккал 87,40)

Обед

Нарезка из свеклы с чесноком 60гр. (ккал 65)

Суп картофельный с крупой с мясом и со сметаной 218гр. (ккал 115,65)

Оладьи из печени 80гр. (ккал 169,60)

Макаронные изделия отварные с овощами 150 гр. (ккал 161)

Кисель из свежих ягод 200 гр. (ккал 67,00)

Гренки из пшеничного хлеба 20гр. (ккал 47,20)

Хлеб ржаной 40гр. (ккал 92,80)

Полдник

Суп молочный с крупой 180гр. (ккал 141,6)

Хлеб пшеничный 20 гр. (ккал 47,20)

Кондитерские изделия 25гр. (ккал 76,35)

Чай с лимоном 200гр. (ккал 23,00)