

3-7

Меню 07.11.2023г 3

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 60 гр. (ккал 65)

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

Оладьи из печени 80 гр. (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 20 гр. (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 25 гр. (ккал 76,35)

Чай с лимоном 200 гр. (ккал 23,00)

1,5-3

Меню 07.11.2023г 3

Завтрак

Омлет натуральный 130гр. (ккал 215,00)

Зеленый горошек 35гр. (ккал 19,25)

Какао с молоком 180гр. (ккал 84,00)

Бутерброд с маслом 20гр. (ккал 67,00)

2-Завтрак

Сок фруктовый 190гр. (ккал 87,40)

Обед

Нарезка из свеклы с чесноком 40гр. (ккал 43,33)

Суп картофельный с крупой с мясом и со сметаной 164гр. (ккал 87,00)

Оладьи из печени 60гр. (ккал 127,20)

Макаронные изделия отварные с овощами 110гр. (ккал 112)

Кисель из свежих ягод 160гр. (ккал 48,00)

Гренки из пшеничного хлеба 15гр. (ккал 35,40)

Хлеб ржаной 30гр. (ккал 69,60)

Полдник

Суп молочный с крупой 150гр. (ккал 118,00)

Хлеб пшеничный 15гр. (ккал 35,4)

Кондитерские изделия 13гр. (ккал 38,18)

Чай с лимоном 180гр. (ккал 18,00)