

Меню на 21.12.2023			
4 день 2 недели	Выход		Ккал
Завтрак	150	200	151,94/199,5
Каша пшеничная молочная			9
Кофейный напиток с молоком	180	180	91/91
Бутерброд с повидлом	30/20	30/20	130,8
2 завтрак			
Кефир	100	100	50/50
Вафля	-	30	-/75
Обед			
Салат из белокочанной капусты	40	60	57,1/85,7
Свекольник (борщ с картофелем)	150	200	70,9/94,5
Гуляш из говядины. Картофельное пюре	60/120	80/150	141,6/116,18 8,9/145
Компот из свежих плодов	150	200	74,1/98,8
Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	35/25	40/30	57,5/69, 59,1/67,6
Уплотненный полдник			
Пирожок печеный с капустой	130	150	323,8/373,7
Кисель из плодов или ягод свежих	180	200	99,72/110,77