

МЕНЮ
на 10.06.2025

Завтрак

Макаронны отварные с сыром «Российским» – 180 (274 Ккал)
Какао с молоком – 180 (116 Ккал)
Батон йодированный с маслом сливочным
Крестьянским 72,5% - 40/5 (130 Ккал)

Завтрак 2

Напиток из плодов шиповника – 100 (50 Ккал)

Обед

Суп картофельный с клецками - 180 (109 Ккал)
Гуляш из говядины – 70 (151 Ккал)
Каша гречневая рассыпчатая – 130 (193 Ккал)
Огурец свежий – 30 (6 Ккал)
Кисель из сушеных фруктов – 180 (109 Ккал)
Хлеб ржано-пшеничный – 50 (108 Ккал)

Полдник

Омлет натуральный – 85 (167 Ккал)
Икра кабачковая – 100 (73 Ккал)
Хлеб белый пшеничный – 20 (68 Ккал)
Кофейный напиток с молоком – 180 (98 Ккал)
Печенье – 25 (1 шт) (100 Ккал)

Ужин

Чай – 180 (36 Ккал)
Хлеб белый пшеничный – 50 (68 Ккал)

Калорийность дня – 1810 Ккал