

Меню: 19.11.2024г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Калории	
Завтрак	Каша геркулесовая с маслом	200/5	182,15	
	Чай с молоком	200	61,62	
	Хлеб пшеничный	30	64,6	
	Масло сливочное	7	74,8	
	Сыр порционнно	6	36,10	
Итого за завтрак				
Второй завтрак	Сок	100	57	
Итого за второй завтрак				
Обед	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами	60	64,04	
	Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне	200	137,7	
	Капуста тушеная с отварной говядиной	150	182,9	
	Хлеб ржано-пшеничный	67	144,8	
	Кисель	180	102,72	
Итого за обед				
Полдник	Пирожки печеные с картофелем	70	176,50	
	Ряженка	165	100	
Итого за полдник				