

23.04.25



2/2

Завтрак

Сыр порционный	граммы	(ккал)	
Сыр порционный	100 / 100	34	34
Блины ржаные тонкие 259 г/шт	150 / 180	148	177
Вареный картофель с маслом	180 / 180	91	91
Хлеб пшеничный	20 / 30	39	59
Всего		312	361

Второй завтрак

Фрукты свежие яблоки	100 / 100	45	45
----------------------	-----------	----	----

Обед

Салат картофельный с зеленым горошком	45 / 60	49	65
Суп картофельный из кв. кур. бульона	150 / 180	65	78
Рисовый из отварной курицы	120 / 160	300	400
Пюре из картофеля (сметана)	150 / 180	81	97
Хлеб пшеничный	20 / 30	39	59
Хлеб ржаной - пшеничный	30 / 40	58	77
Всего		592	776

Полдник

Запеканка творожная	80 / 90	184	205
Фрукты сушеные с сахаром	10 / 20	23	65
Чай сладкий с лимонным	150 / 180	37	44
Всего		1203	1496

Сумма: 1474 / 17615