

11 Февраля 2025г.

Меню

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
24-Омлет натуральный	150	195.40
24-Зелёный горошек или кукуруза консерви	50	19.10
24-Какао с молоком (или сгущенным молоко	200	78.91
24.-Бутерброд с маслом	25/6	103.35
10 ЧАСОВ		
Соки	180	96.60
ОБЕД		
24-Салат из морской капусты с яйцом	60	58.09
24-Суп - уха с рыбой	180	159.75
24-Суфле из субпродуктов	70	185.43
24-Картофельное пюре	150	133.94
24-Лимонный напиток	200	70.61
Хлеб пшеничный	24.26	56.51
Хлеб ржаной	51.11	98.96
ПОЛДНИК		
24.-Молоко кипяченое 180/200	200	120.92
Вафли	55	199.21
УЖИН		
24-Сырники из творога	200	443.64
24-Молоко сгущенное	15	49.82
24-Плоды свежие	100	36.00
24-Чай с молоком	200	38.85

Итого калорийность: 2145.09 Ккал.