



Меню на 27.12.2024 г.

День 5: пятница

Неделя: вторая

Наименование приёма пищи	Наименование блюда	Масса порций	Калорийность порций
Завтрак	Каша ячневая молочная с маслом	140/170	374,87
	Яйцо отварное	40/40	334
	Чай с молоком	180/200	38
	Хлеб пшеничный	30/35	234
			942,87
Второй завтрак	Сок яблочный	100/100	65
			65
Обед	Суп овощной	150/180	94,4
	Котлеты Нежные	50/70	230
	Макароны отварные	110/130	94
	Компот из лимона и кураги	180/200	60
	Хлеб пшеничный	40/60	234
			712,4
Полдник	Калач сметанный	40/50	136
	фрукт свежий	100/100	125
	Кофейный напиток	180/200	63
			324
Итого калорийность за весь день			2044,27