

МЕНЮ на

3 ноября

2025 года

приём пищи	наименование блюда	объем блюд	Кк
завтрак	Капша печеная	150/200	44,7/41,6
	Путереброд с подливкой	40/55	48,9/51,1
	Чай	150/100	28,1/36
2-ой завтрак	Йогурт	150	46
Итого за прием		490/585	
Калорийность			2447/440,9
обед	Салат овощной с соевыми и свеклой	40/60	41,9/24,3
	Суп с мяс. издежками	150/200	88/42,5
	Приложенный салат с салат. соус	60/80	36,4/43,6
	Рисов. овощное	120/150	103,4/144,5
	Компот из фр.	150/100	30,9/29,7
	Итого за прием	520/640	
Калорийность			3754/408,4
уплотненный полдник	Пудинг из творога с рисом и овощ.	40/150	213,3/2,76
	шоколадом		
	Чай	150/100	28,1/36
Итого за прием		200/330	
Калорийность			2447/312
Итого		1190/1395	2447/1440,9

