

МЕНЮ на 18 июня 2025 года

приём пищи	наименование блюда	объем блюд	Кк
завтрак	Каши пшеничные	150/150	150/150
	Фруктовый салат с йогуртом	30/36	104/163
	Вареные макароны со соусом	150/180	150/115
	шашлык		
2-ой завтрак	Яичница (шашлык) с йогуртом	20/90	208/40
Итого за прием		410/506	
Калорийность			2257/48
обед	Салат "Вешенки"	40/60	349/54
	Суп картофельный с капустой и курицей	150/180	150/149
	Потешка куриная	60/40	1352/14
	Картофель в сметане	110/150	205/136
	Соус натур.	150/110	205/164
Итого за прием		520/660	
Калорийность			1928/63
уплотненный полдник	Сырники из творога со сметаной	110/150	2435/136
	Сметана	150/180	246/15
Итого за прием		260/330	
Калорийность			2493
Итого		1390/1496	2247

