

02.02.2024			
Меню	ГРАММЫ	ккалл если	ккалл сад
каша дружба молочная	150/200	155,53	241,11
кофейный напиток на молоке	150/200	89,01	118,69
бутерброд с маслом	30/40	137,5	183,6
второй завтрак			
сок	50/50	11,8	11,8
Обед			
суп с домашней лапшой на бульоне	150/200	65,62	87,5
жаркое по домашнему	170/190	439,49	491,49
компот с/ф витаминизированный вит С	90/100	85,34	113,79
хлеб пшеничный	30/40	72	96
Усиленный полдник			
омлет с зеленым горошком	150/150	173,46	173,46
вафля	30/50	161,7	269,5
чай сладкий	150/200	19,6	26,8
хлеб пшеничный	28/34	67,2	81,6
Всего ккал за день		1478,25	1895,34