

16.02.2024			
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
багет	30/40	75,66	100,88
второй завтрак			
яблоко	45/45	21,15	21,15
Обед			
суп с домашней лапшой на булоне	150/200	65,62	87,5
жаркое по домашнему	170/190	439,49	491,49
компот с/ф витаминизированный вит С	150/200	85,34	113,79
хлеб пшеничный	15/20	36	48
хлеб ржаной	15/20	27,19	36,26
Усиленный полдник			
суп с фрикадельками	150/200	104,79	139,73
печенье	30/50	131,7	219,5
чай с лимоном	150/200	20,4	27,9
хлеб пшеничный	28/34	67,2	81,6
Всего ккал за день		1319,08	1727,6