

10.06.2024			
Меню	ГРАММЫ	ккалл если	ккалл сад
каша пшеничная молочная жидкая	150/200	182,09	243,92
кофейный напиток на молоке	150/200	89,01	118,69
багет	35/45	75,66	100,88
второй завтрак			
яблоко	50/50	40,29	40,29
Обед			
рассольник ленинградский	150/200	89,76	119,68
котлета мясная	60/60	161,64	161,64
свекла тушеная	90/100	91,44	101,61
хлеб пшеничный	15/20	36	48
хлеб ржаной	15/20	27,19	36,26
сок яблочный	150/200	35,4	47,2
Усиленный полдник			
суп гороховый	150/200	59,27	79,03
булочка дорожная	30/40	179,27	259,39
чай с лимоном	150/200	20,4	27,9
гренки	28/34	104,62	149,47
Всего ккал за день		1192,04	1533,96