

чай с низким содержанием сахара 180/150

Фрукт (яблоки) 130/130

Батончик к чаю 30/25

Омлет натуральный 160/140

Сыр (порцуам) 10/10

Уплетенный полдник

Напиток из смеси сухофруктов 180/150

Хлеб ржаной подорованный 45/36

Макароны из твердых сортов пшеницы 130/110

Тертые «сочные» с соусом 100/гуляш мясной из свинины 60

Суп картофельный с бобовыми 180/150

Обед

Кисломолочный напиток (снежок) 180/150

Второй завтрак

Чай с молоком 200/180

Батончик к чаю 30/25

Масло сливочное 10/8

Каша пшеничная молочная жидкая 200/150

Завтрак

Меню на Понедельник (2)

Смирнова

