



С.Ю.Нарыгина

МЕНЮ на 9 октября

блюдо	вес		ккал	
завтрак	Я	С	Я	С
Вермишель молоч-я	150	200	140	184
Чай	150	200	136	181
Ватон с сахаром	20/5	25/8	108	118
2-ой завтрак				
сок	100	100	38	38
обед				
Салат из свеклы с яблоками	40	60	41	61
Суп со-польеки со сметаной	150/5	200/10	200	202
Пюре из картофеля	50	60	106	123
с картошкой и морс	120	140	108	130
Крошкот из сыр	150	200	53	65
Пюре из картофеля, укропа	20/20	30/30	85	104
Полдник				
Мороженое	20	30	87	116
Чай без сахара	180	220	-	-
ужин				
Суп с рыбкой консерв	180	200	118	122
с гречкой	30	40	72	92
Пюре из картофеля	180	200	6	7

Калькулятор

Анастасия

1470 / 4620

Представитель родительской общности

Ким