

ЗАВТРАК

Творожная запеканка с вишней

К 297,17 | Ж 14,82 | Б 25,09 | У 14,55

 Выход 150 г**Лёгкая фермерская сметана**


К 33,23 | Ж 3,00 | Б 0,58 | У 0,72

 Выход 20 г**Помело**

К 54,17 | Ж 0,06 | Б 1,05 | У 10,80

 Выход 150 гЗАВТРАК
ВТОРОЙ**Сэндвич с куриной грудкой,
сыром фета, огурцами и сметаной**

К 411,89 | Ж 16,87 | Б 29,74 | У 33,00

 Выход 200 г

ОБЕД

Грибной домашний суп

К 99,78 | Ж 5,89 | Б 2,54 | У 8,50

 Выход 250 г**Запеченный судак с томатами
и миндальной крошкой**

К 217,56 | Ж 8,32 | Б 29,41 | У 4,81

 Выход 165 г**Салат из микса зелени и овощей
с израильским кус-кусом птитим**

К 224,48 | Ж 3,26 | Б 8,38 | У 39,47

 Выход 150 г

ПОЛДНИК

Конфеты Трюфель авокадо

К 148,28 | Ж 10,49 | Б 2,62 | У 10,43

 Выход 40 г

УЖИН

Фрикасе из перепелки

К 229,35 | Ж 11,43 | Б 28,16 | У 1,54

 Выход 120 г**Овощи на гриле**

К 102,56 | Ж 6,49 | Б 2,33 | У 7,96

 Выход 150 г