

ДИЕТА ПОСЛЕ СТОМАТОЛОГИЧЕСКИХ ВМЕШАТЕЛЬСТВ

ЗАВТРАК

Компот из свежих яблок

К 78,91 | Ж 0,36 | Б 0,40 | У 18,26

● Выход 250 г

Запеканка вермишелевая с сыром

К 281,44 | Ж 6,16 | Б 12,19 | У 43,84

● Выход 150 г

ЗАВТРАК ВТОРОЙ

Творожные сырники

К 187,93 | Ж 4,35 | Б 21,69 | У 15,24

● Выход 150 г

Лёгкая фермерская сметана

К 33,23 | Ж 3,00 | Б 0,58 | У 0,72

● Выход 20 г

ОБЕД

Крем-суп из зелёной спаржи

К 90,52 | Ж 1,82 | Б 4,62 | У 13,17

● Выход 200 г

Парфе из говядины

К 207,39 | Ж 8,58 | Б 27,22 | У 3,25

● Выход 120 г

Картофельное пюре со сливочным маслом

К 119,75 | Ж 4,27 | Б 2,74 | У 16,92

● Выход 120 г

ПОЛДНИК

Панакота из ряженки

К 71,53 | Ж 3,61 | Б 5,06 | У 4,81

● Выход 120 г

Яблочное пюре

К 82,57 | Ж 0,57 | Б 0,62 | У 18,33

● Выход 120 г

УЖИН

Рыбное суфле из судака

К 178,43 | Ж 3,89 | Б 34,54 | У 0,17

● Выход 120 г

Рис протертый с пюре из моркови

К 240,05 | Ж 12,78 | Б 3,03 | У 26,56

● Выход 150 г