

ЗАВТРАК

Протертая гречневая каша на молоке

К 363,20 | Ж 7,97 | Б 13,54 | У 57,52

● Выход 300 г

Зеленый фруктовый салат

К 34,96 | Ж 0,29 | Б 0,48 | У 7,39

● Выход 70 г

Масло сливочное

К 77,59 | Ж 8,25 | Б 0,08 | У 0,13

● Выход 10 г

Сыр

К 72,80 | Ж 5,90 | Б 4,64

● Выход 20 г

ОБЕД

Крем-суп из топинамбура

К 127,31 | Ж 4,10 | Б 3,09 | У 18,42

● Выход 150 г

Индейка паровая

К 81,71 | Ж 2,69 | Б 13,21 | У 0,56

● Выход 60 г

Салат из огурцов, помидоров с зеленью

К 21,11 | Ж 0,17 | Б 1,09 | У 3,49

● Выход 100 г

Морковь и цукини, тушенные с оливковым маслом

К 128,90 | Ж 4,54 | Б 5,53 | У 14,06

● Выход 150 г

Хлеб пшеничный подсушенный

К 59,89 | Ж 0,66 | Б 1,71 | У 11,75

● Выход 20 г

ПОЛДНИК

Компот из сухофруктов

К 82,32 | Б 0,38 | У 20,19

● Выход 150 г

Фруктовый микс (голубика, киви)

К 37,92 | Ж 0,42 | Б 0,80 | У 7,50

● Выход 80 г

Домашнее печенье

К 113,39 | Ж 5,33 | Б 1,77 | У 14,23

● Выход 30 г

Творог детский

К 46,84 | Ж 2,37 | Б 4,47 | У 1,84

● Выход 50 г

УЖИН

Котлеты из белой рыбы паровые

К 68,25 | Ж 1,13 | Б 11,64 | У 2,51

● Выход 60 г

Картофельное пюре

К 80,66 | Ж 1,64 | Б 1,71 | У 14,26

● Выход 110 г

Брокколи на пару

К 41,69 | Ж 1,96 | Б 2,22 | У 3,51

● Выход 80 г

НА НОЧЬ

Йогурт

К 170,00 | Ж 10,50 | Б 8,00 | У 11,00

● Выход 250 г