

## ЗАВТРАК

**Омлет с белыми грибами и зеленью**

К 132,58 | Ж 10,01 | Б 7,12 | У 2,80

 Выход 90 гЗАВТРАК  
ВТОРОЙ**Виноград**

К 77,52 | Ж 0,40 | Б 0,80 | У 17,20

 Выход 100 г

## ОБЕД

**Суп Гуляш**

К 103,33 | Ж 3,22 | Б 8,96 | У 8,67

 Выход 180 г**Куриная грудка с тимьяном**

К 132,22 | Ж 3,66 | Б 22,99 | У 0,52

 Выход 90 г**Салат овощной**

К 104,65 | Ж 8,07 | Б 1,99 | У 5,12

 Выход 120 г**Лимонный соус с оливковым маслом**

К 20,47 | Ж 2,02 | Б 0,08 | У 0,34

 Выход 10 г

## ПОЛДНИК

**Шоколадно-банановый десерт  
из ряженки с пюре из манго**

К 92,64 | Ж 1,71 | Б 4,37 | У 15,23

 Выход 90 г

## УЖИН

**Сибас**

К 131,26 | Ж 3,46 | Б 22,38 | У 0,92

 Выход 90 г**Овощи на гриле**

К 81,82 | Ж 5,34 | Б 1,96 | У 6,02

 Выход 100 г