

БЕЗЛАКТОЗНАЯ ПРОГРАММА ПИТАНИЯ

1300



ЗАВТРАК

Омлет с болгарским перцем

К 253,14 | Ж 16,84 | Б 19,47 | У 4,20

● Выход 150 г

ЗАВТРАК ВТОРОЙ

Салат "Два цитруса"

К 60,15 | Ж 0,46 | Б 1,50 | У 12,16

● Выход 150 г

Суп из лосося

К 91,75 | Ж 3,56 | Б 7,86 | У 6,51

● Выход 200 г

ОБЕД

Кальмары на гриле

К 243,26 | Ж 7,33 | Б 38,41 | У 4,15

● Выход 100 г

Киноа с брокколи, морковью и болгарским перцем

К 108,44 | Ж 2,19 | Б 4,89 | У 17,16

● Выход 120 г

Салат овощной с тофу

К 140,95 | Ж 11,08 | Б 3,76 | У 6,75

● Выход 180 г

ПОЛДНИК

Конфеты "Трюфель клюква с миндалем"

К 114,91 | Ж 8,78 | Б 2,34 | У 6,21

● Выход 30 г

УЖИН

Цыпленок с паприкой

К 193,64 | Ж 1,98 | Б 41,25 | У 3,42

● Выход 90 г

Овощи, приготовленные на гриле

К 106,80 | Ж 6,45 | Б 2,63 | У 8,79

● Выход 150 г