

4 июня (среда)

Завтрак

Каша пшеничная молочная	180 гр	192,65 Ккал
Кофейный напиток на молоке	200 мл	116,76 Ккал
Батон с маслом и сыром	30/5/6 гр	124,45 Ккал

2-ой Завтрак

Витаминный напиток	100 гр	34,43 Ккал
--------------------	--------	------------

Обед

Суп харчо на курином бульоне со сметаной	180 гр	235,16 Ккал
Рагу овощное с мясом	180 гр	266,86 Ккал
Компот из сухофруктов	200 мл	80,84 Ккал
Морковь отварная	60 гр	18,48 Ккал
Хлеб пшеничный	25 гр	58,6 Ккал
Хлеб ржаной	50 гр	85,4 Ккал

Полдник

Кисломолочный напиток	200 мл	137,7 Ккал
Вафли	25 гр	87,5 Ккал

Ужин

Сырники из творога со сгущенным молоком	200 гр	179,13 Ккал
Чай с сахаром	200 мл	38,98 Ккал
Хлеб пшеничный	25 гр	58,6 Ккал
		2021,71