

16 января (пятница)

Завтрак

Каша рисовая молочная	180 гр	178,19 Ккал
Кофейный напиток с молоком	200 мл	116,76 Ккал
Батон с маслом	30/5 гр	124,45 Ккал

2-ой Завтрак

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

Обед

Суп полевой на курином бульоне	180 гр	220,23 Ккал
Макароны отварные	130 гр	204,68 Ккал
Гуляш из мяса	80 гр	154,83 Ккал
Сок	200 мл	76,0 Ккал
Хлеб пшеничный	25 гр	58,6 Ккал
Хлеб ржаной	50 гр	85,4 Ккал

Полдник

Кисломолочный напиток	200 мл	137,7 Ккал
Булочка веснушка	50 гр	212,24 Ккал

Ужин

Овощное рагу	200 гр	149,68 Ккал
Чай с сахаром	200 мл	38,98 Ккал
Хлеб пшеничный	25 гр	58,6 Ккал
		1986,21