

20 января (вторник)

Завтрак

Каша «Дружба» молочная	180 гр	197,26 Ккал
Кофейный напиток с молоком	200 мл	116,76 Ккал
Батон с маслом и сыром	30/5/6 гр	124,45 Ккал

2-ой Завтрак

--	--	--

Обед

Суп гороховый на курином бульоне	180 гр	232,18 Ккал
Жаркое по-домашнему	170 гр	245,12 Ккал
Луковая нарезка	60 гр	69,08 Ккал
Компот из сухофруктов	200 мл	80,84 Ккал
Хлеб пшеничный	25 гр	58,6 Ккал
Хлеб ржаной	50 гр	85,4 Ккал

Полдник

Молоко	200 мл	116,2 Ккал
Вафли	25 гр	87,5 Ккал

Ужин

Рыба тушеная с овощами	100 гр	108,44 Ккал
Икра морковная	60 гр	53,22 Ккал
Чай с сахаром	180 гр	38,98 Ккал
Хлеб пшеничный	25 гр	58,6 Ккал
		1878,61