



2 пятница

Завтрак 1

Масло сливочное порционное	5- 37.5 ккал.
Каша рисовая молочная жидкая	160- 226 ккал.
Кофейный напиток на молоке	180- 142 ккал.
Хлеб пшеничный	30- 71 ккал

Завтрак 2 Сок фруктовый (или овощной) 100- 83 ккал.

Обед

Суп –лапша домашняя с курицей	200/10- 149 ккал.
Суфле из курицы	70- 209 ккал.
Пюре картофельное	130- 127 ккал.
Компот из смеси сухофруктов	180- 117 ккал.
Хлеб ржаной	30- 52 ккал.
Хлеб пшеничный	30- 71 ккал.

Уплотнённый полдник

Макароны, запечённые с сыром	180- 349 ккал.
Чай с сахаром	180- 58 ккал.
Хлеб пшеничный	30- 71 ккал.

Итого за день: 1734 ккал.