

Меню на 22 января

	Выход	белки	жиры	углевод	ккал
Салат любительский	60	0.9	5.03	3.05	63
Фрикассе из кур грудок	45/45	8.1	5.6	3.2	96
Макаронные изделия	150	5.6	5.06	35.9	212
Чай с сахаром	200/8	0.007	0.002	7.98	32
Хлеб пшеничный	20	1.5	0.1	9.8	47
Хлеб ржано-пшеничный	20	1.0	0,2	9.0	44
Кекс волжский	50	2.7	3.8	18.9	121



Меню

Меню на 22 января

	Выход	белки	жиры	углевод	ккал
Тефтели куриные лакомка					
В соусе для запекания	60/30	9.7	16.9	9.1	228
Каша полбяная	150	5.3	6.1	29.1	193
Напиток из вишни	200	0.12	0.03	11.5	48
Хлеб ржано-пшеничный	30	1.5	0,3	13.5	77

