



ЛАНЧ 70 ₺

ДЕНЬ 1

Суп-лапша по-домашнему с курочкой 250 г

Филе куриное, картофель, морковь, лук репчатый, макаронные изделия (вермишель), масло подсолнечное раф дез, соль йодированная пищевая, укроп сушеный, лавровый лист, куриный бульон.

Чай черный с вишней 200 г

Чай черный, вода питьевая, вишня, сахар.

Булочка с чесноком 70 г

Булочка для хот-дога, чеснок сушеный, масло подсолнечное раф дез.

Хлеб пшеничный 30 г

Энергетическая ценность 350,02 ккал

Белки 9,17 г

Жиры 7,87 г

Углеводы 68 г

ДЕНЬ 2

Борщ «Брутальный» на костном бульоне 250 г

Кость пищевая, морковь, лук репчатый, вода питьевая, соль йодированная пищевая, капуста свеж, картофель, свекла, масло подсолнечное раф дез, паста томатная, укроп сушеный, лавровый лист, сахар, лимонная кислота.

Чай черный с яблоком 200 г

Чай черный, вода питьевая, яблоко, сахар.

Круассан «Наслаждение» 40 г

Круассан, масло подсолнечное раф дез.

Хлеб пшеничный 30 г

Энергетическая ценность 414,18 ккал

Белки 9,29 г

Жиры 15,82 г

Углеводы 58,56 г

ДЕНЬ 3

Суп-харчо на костном бульоне 250 г

Картофель, лук репчатый, морковь, крупа рисовая, паста томатная, лавровый лист, укроп сушеный, чеснок сушеный, масло подсолнечное раф дез, соль йодированная пищевая, кость пищевая, вода питьевая.

Компот из сушеных ягод (изюм) 200 г

Сухофрукты (изюм), сахар, вода питьевая, лимонная кислота.

Булочка «Аппетитная» с кунжутом 70 г

Хлеб пшеничный 30 г

Энергетическая ценность 504,55 ккал

Белки 12,66 г

Жиры 8,06 г

Углеводы 94,34 г

ДЕНЬ 4

Супщик 250 г

Фарш куриный, морковь, лук репчатый, паста томатная, чеснок, масло подсолнечное раф дез, вода питьевая, картофель, капуста цветная, крупа кукурузная, лавровый лист, соль йодированная пищевая, укроп сушеный.

Чай черный со смородиной 200 г

Чай черный, вода питьевая, смородина черная с/м, сахар.

Булочка с чесноком 70 г

Булочка для хот-дога, чеснок сушеный, масло подсолнечное раф дез.

Хлеб пшеничный 30 г

Энергетическая ценность 321,62 ккал

Белки 9,14 г

Жиры 10,86 г

Углеводы 58,01 г



ЛАНЧ 70 ₺

ДЕНЬ 5

Суп картофельный с бобовыми (горох) на костном бульоне 250 г
Горох, картофель, лук репчатый, морковь, соль йодированная пищевая, масло подсолнечное раф дез, укроп сушеный, лавровый лист, кость пищевая, вода.
Чай черный с яблоком 200 г
Чай черный, вода питьевая, яблоко, сахар.
Круассан «Наслаждение» 40 г
Круассан, масло подсолнечное раф дез.
Хлеб пшеничный 30 г

**Энергетическая
ценность 491,58 ккал**

Белки 14,79 г

Жиры 17,32 г

Углеводы 68,56 г

ДЕНЬ 6

Суп гречневый с курочкой 250 г
Филе куриное, куриный бульон, картофель, морковь, лук репчатый, крупа гречневая ядрица, паста томатная, вода питьевая, лавровый лист, укроп сушеный, чеснок свеж, масло подсолнечное раф дез, соль йодированная пищевая.
Компот из смеси сухофруктов 200 г
Сухофрукты (смесь), сахар, вода питьевая, лимонная кислота.
Булочка «Аппетитная» с кунжутом 70 г
Хлеб пшеничный 30 г

**Энергетическая
ценность 484,30 ккал**

Белки 12,98 г

Жиры 9,23 г

Углеводы 84,41 г

ДЕНЬ 7

Суп картофельный с бобовыми (горох) на костном бульоне 250 г
Горох, картофель, лук репчатый, морковь, соль йодированная пищевая, масло подсолнечное раф дез, укроп сушеный, лавровый лист, кость пищевая, вода.
Чай черный с яблоком 200 г
Чай черный, вода питьевая, яблоко, сахар.
Круассан «Наслаждение» 40 г
Хлеб пшеничный 30 г

**Энергетическая
ценность 491,58 ккал**

Белки 14,79 г

Жиры 17,32 г

Углеводы 68,56 г

ДЕНЬ 8

Щи «Традиционные» на костном бульоне 250 г
Капуста, картофель, лук репчатый, морковь, соль йодированная пищевая, масло подсолнечное раф дез, паста томатная, укроп сушеный, лавровый лист, кость пищевая, вода питьевая.
Чай черный с вишней 200 г
Чай черный, вода питьевая, вишня, сахар.
Булочка с чесноком 70 г
Булочка для хот-дога, чеснок сушеный, масло подсолнечное раф дез.
Хлеб пшеничный 30 г

**Энергетическая
ценность 315,94 ккал**

Белки 8,90 г

Жиры 6,07 г

Углеводы 56,53 г



ЛАНЧ 70 ₺

ДЕНЬ 9

Суп «Зимний» 250 г

Филе куриное, куриный бульон, картофель, лук репчатый, морковь, яйцо куриное, крупа кус-кус, вода питьевая, лавровый лист, укроп сушеный, масло подсолнечное раф дез, соль йодированная пищевая.

Компот из сушеных ягод (изюм) 200 г

Сухофрукты (изюм), сахар, вода питьевая, лимонная кислота.

Булочка «Аппетитная» с кунжутом 70 г

Хлеб пшеничный 30 г

Энергетическая ценность 508,08 ккал

Белки 17,03 г

Жиры 15,63 г

Углеводы 87,71 г

ДЕНЬ 10

Суп с «морской говядиной» 250 г

Тунец консервированный, картофель, лук репчатый, помидор, перец болгарский, крупа пшено, масло подсолнечное раф дез, укроп сушеный, лавровый лист, соль йодированная пищевая, вода питьевая.

Чай черный с яблоком 200 г

Чай черный, вода питьевая, яблоко свежее, сахар.

Круассан «Наслаждение» 40 г

Круассан, масло подсолнечное раф дез.

Хлеб пшеничный 30 г

Энергетическая ценность 424,97 ккал

Белки 14,47 г

Жиры 13,52 г

Углеводы 60,08 г

ДЕНЬ 11

Борщ «Брутальный» на костном бульоне 250 г

Кость пищевая, морковь, лук репчатый, вода питьевая, соль йодированная пищевая, капуста, картофель, свекла, масло подсолнечное раф дез, паста томатная, укроп сушеный, лавровый лист, сахар, лимонная кислота.

Чай черный со смородиной 200 г

Чай черный, вода питьевая, смородина черная с/м, сахар.

Булочка с чесноком 70 г

Булочка для хот-дога, чеснок сушеный, масло подсолнечное раф дез.

Хлеб пшеничный 30 г

Энергетическая ценность 311,62 ккал

Белки 8,86 г

Жиры 6,06 г

Углеводы 55,61 г

ДЕНЬ 12

Суп-харчо на костном бульоне 250 г

Картофель, лук репчатый, морковь, крупа рисовая, паста томатная, лавровый лист, укроп сушеный, чеснок сушеный, масло подсолнечное раф дез, соль йодированная пищевая, кость пищевая, вода питьевая.

Компот из смеси сухофруктов 200 г

Сухофрукты (смесь), сахар, вода питьевая, лимонная кислота.

Булочка «Аппетитная» с кунжутом 70 г

Хлеб пшеничный 30 г

Энергетическая ценность 500,05 ккал

Белки 12,66 г

Жиры 7,96 г

Углеводы 93,24 г