



ЛАНЧ 80 ₺



ДЕНЬ 1

Суп «Мерцающие звездочки» 250 г

фарш куриный, макаронные изделия/звездочки, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, специи чеснок сушеный, укроп сушеный, лавровый лист, масло растительное, соль.

Чай черный с сахаром и лимоном 200/5 г

Хлеб пшеничный 30 г

Кондитерское изделие, печенье «Печенька» 50 г

Энергетическая

ценность 612,45 ккал

Белки 12,69 г

Жиры 16,88 г

Углеводы 99,54 г



ДЕНЬ 2

Борщ «Брутальный» 250 г

говяжий костный бульон, картошка, капуста, морковь, лук репчатый, свекла, томатная паста, чеснок сушеный, укроп сушеный, лавровый лист, соль, масло растительное.

Чай черный со смородиной 200 г

Хлеб пшеничный 30 г

Кондитерское изделие, печенье «Пчелка» 50 г

Энергетическая

ценность 495,35 ккал

Белки 16,19 г

Жиры 15,93 г

Углеводы 71,22 г



ДЕНЬ 3

Суп «Красная горошинка» 250 г

фарш куриный, картофель, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, чечевица красная, укроп сушеный, лавровый лист, масло растительное, соль).

Чай черный с яблоком 200 г

Хлеб пшеничный 30 г

Кондитерское изделие, печенье «Сахарное» 50 г

Энергетическая

ценность 448,29 ккал

Белки 12,66 г

Жиры 9,90 г

Углеводы 75,63 г



ДЕНЬ 4

Суп с мясными фрикадельками 250 г

фрикадельки: фарш куриный, лук репчатый, яйцо, хлеб, соль; картофель, морковь, лук репчатый, крупа кус-кус, соль, масло растительное.

Чай черный с вишней 200 г

Хлеб пшеничный 30 г

Кондитерское изделие, печенье «Печенька» 50 г

Энергетическая

ценность 530,57 ккал

Белки 15,45 г

Жиры 18,04 г

Углеводы 72,26 г



ЛАНЧ 80 ₽



ДЕНЬ 5

Суп «Фасолька» 250 г

говяжий костный бульон, картофель, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, свекла, фасоль красная консервированная, томатная паста, чеснок сушеный, укроп сушеный, лавровый лист, масло растительное, соль.

Чай черный с сахаром и лимоном 200/5 г

Хлеб пшеничный 30 г

Кондитерское изделие, печенье «Пчелка» 50 г

Энергетическая

ценность 504,68 ккал

Белки 16,55 г

Жиры 13,22 г

Углеводы 79,73 г



ДЕНЬ 6

Суп «Отменный» 250 г

говяжий костный бульон, картофель, морковь, лук репчатый, крупа кус-кус, яйцо куриное отварное, специи чеснок сушеный, укроп сушеный, лавровый лист, масло растительное, соль.

Чай черный со смородиной 200 г

Хлеб пшеничный 30 г

Кондитерское изделие, печенье «Сахарное» 50 г

Энергетическая

ценность 486,62 ккал

Белки 17,01 г

Жиры 13,42 г

Углеводы 73,16 г



ДЕНЬ 7

Суп «Сытный» 250 г

говяжий костный бульон, крупа гречневая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, специи чеснок сушеный, укроп сушеный, лавровый лист, масло растительное, соль.

Чай черный с яблоком 200 г

Хлеб пшеничный 30 г

Кондитерское изделие, печенье «Печенька» 50 г

Энергетическая

ценность 515,71 ккал

Белки 16,18 г

Жиры 16,84 г

Углеводы 71,23 г



ДЕНЬ 8

Борщ «Брутальный» 250 г

говяжий костный бульон, картошка, капуста, морковь, лук репчатый, свекла, томатная паста, чеснок сушеный, укроп сушеный, лавровый лист, соль, масло растительное.

Чай черный с вишней 200 г

Хлеб пшеничный 30 г

Кондитерское изделие, печенье «Пчелка» 50 г

Энергетическая

ценность 499,67 ккал

Белки 16,23 г

Жиры 15,94 г

Углеводы 72,14 г



ЛАНЧ 80 ₽



ДЕНЬ 9

Суп «Красная горошинка» 250 г

фарш куриный, картофель, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, чечевица красная, укроп сушеный, лавровый лист, масло растительное, соль.

Чай черный с сахаром и лимоном 200/5 г

Хлеб пшеничный 30 г

Кондитерское изделие, печенье «Сахарное» 50 г

**Энергетическая
ценность 465,31 ккал**

Белки 12,71 г

Жиры 9,80 г

Углеводы 80,61 г



ДЕНЬ 10

Суп «Мерцающие звездочки» 250 г

фарш куриный, макаронные изделия звездочки, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, специи: чеснок сушеный, укроп сушеный, лавровый лист, масло растительное, соль.

Чай черный с яблоком 200 г

Хлеб пшеничный 30 г

Кондитерское изделие, печенье «Печенька» 50 г

**Энергетическая
ценность 595,43 ккал**

Белки 12,64 г

Жиры 16,98 г

Углеводы 94,56 г



ДЕНЬ 11

Суп с мясными фрикадельками 250 г

фрикадельки: фарш куриный, лук репчатый, яйцо, хлеб, соль; картофель, морковь, лук репчатый, крупа кус-кус, соль, масло растительное.

Чай черный с вишней 200 г

Хлеб пшеничный 30 г

Кондитерское изделие, печенье «Пчелка» 50 г

**Энергетическая
ценность 489,22 ккал**

Белки 16,10 г

Жиры 11,59 г

Углеводы 78,81 г



ДЕНЬ 12

Суп «Фасолька» 250 г

говяжий костный бульон, картофель, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, свекла, фасоль красная консервированная, томатная паста, чеснок сушеный, укроп сушеный, лавровый лист, масло растительное, соль.

Чай черный с сахаром и лимоном 200/5 г

Хлеб пшеничный 30 г

Кондитерское изделие, печенье «Сахарное» 50 г

**Энергетическая
ценность 504,18 ккал**

Белки 16,65 г

Жиры 12,97 г

Углеводы 79,98 г