

МЕНЮ

на 28.09.2022

Горячий завтрак

№	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
1.	Мюсли	100г	78
2.	Смузи с фруктами	60г	203,4
3.	Ватрушка с яблоком и сливками	180г	228,5
4.	Творог, сметана, мед, сахар, соль	100г	204,0
5.	Ватрушка с яблоком и сливками	60г	50,15
6.	Мед, сметана	60г	145,2
7.	Ватрушка с яблоком и сливками	200г	98,46
8.	Творог, сметана, мед, сахар, соль	40г	63,7

Приятного аппетита!

Повар

Сид

МЕНЮ

на 29.09.2022

Горячий завтрак

№	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
1.	Мюсли	100г	78
2.	Смузи с фруктами	60г	203,4
3.	Творог, сметана, мед, сахар, соль	100г	204,0
4.	Ватрушка с яблоком и сливками	180г	228,5
5.	Творог, сметана, мед, сахар, соль	100г	204,0
6.	Мед, сметана	60г	50,15
7.	Ватрушка с яблоком и сливками	200г	98,46
8.	Творог, сметана, мед, сахар, соль	40г	63,7

Приятного аппетита!

Повар

Сид