



«22» марта 2025 год

ЗАВТРАК

1. Сыр моцарелла (150 г./135 ккал.)
2. Бутерброд с сыром ^{масло} (20/4/г./91 ккал.)
3. Карриный напиток (150 г./105 ккал.)
4. Яблоко (95 г./45 ккал.)
5. _____ (_____ г./_____ ккал.)

ОБЕД

1. Чай + Огурцы (30 г./30 ккал.)
2. Суп гороховый ^{крупы} (150 г./119 ккал.)
3. Маркое по домашн (150 г./228 ккал.)
4. Напиток из шипов (150 г./55 ккал.)
5. Каша пшеница (20 г./47 ккал.)

УЖИН

1. Чай с сахаром (150 г./315 ккал.)
2. Пирожки ^{макка} с вареньем (130 г./33 ккал.)
3. Сливочное молоко (20 г./33 ккал.)
4. Батон (20 г./45 ккал.)
5. _____ (_____ г./_____ ккал.)