

ЗАВТРАКИ

Для проживающих в доме отдыха «Весна»



ПОНЕДЕЛЬНИК

- ◆ **Хлеб тостовый 5, 9*** 50 г
(мука пшен., молоко сухое, масло растительное)
БЖУ 3,65/1,95/26,25/ккал 142,53
- ◆ **Масло, сыр, ветчина (куриная) 5, 6, 9, 15*** 10/20/50 г
БЖУ 13,88/18,73/1,64/ккал 225,17
- ◆ **Каша рисовая молочная 9*** 200 г
(рис круг., молоко, масло сливочное)
БЖУ 6,13/7,99/44,736/ккал 275,36
- ◆ **Сырники (2 шт.) со сметаной 5, 9, 15*** 100/30 г
(яйцо, творог, мука пшеничная, сгущённое молоко/
сметана, масло растительное)
БЖУ 22,48/18,49/34,68/ккал 395,12
- ◆ **Кофе или чай** 200 мл

ВТОРНИК

- ◆ **Глазунья из 2 яиц + 2 сосиски 15*** 80/120 г
(яйцо, сосиски, масло растительное)
БЖУ 10,09/17,60/0,58/ккал 201,10
- ◆ **Блины с вишнёвым вареньем 5, 9, 15*** 100/20 г
(мука пшен., молоко, вишня, масло сливочное,
масло растительное)
БЖУ 7,10/6,60/34,73/ккал 218,3
- ◆ **Лёгкий салатик 9*** 50 г
(св. огурец, св. помидор, пекинская капуста,
масло растительное)
БЖУ 0,58/10,10/1,46/ккал 99,01
- ◆ **Булочка 8 злаков 5, 6*** 50 г
(мука 8 злаков, мука пшен., кунжут, масло растительное)
БЖУ 3,88/2,16/15,31/ккал 94,27
- ◆ **Булочка кукурузная 5, 6*** 50 г
(мука кукурузная, мука пшен., кунжут, масло растительное)
БЖУ 2,69/2,52/13,91/ккал 99,11
- ◆ **Кофе или чай** 200 мл

СРЕДА

- ◆ **Омлет натуральный + 2 сосиски 9, 15*** 100/100 г
(яйцо, молоко, сосиски)
БЖУ 10,09/17,6/0,57/ккал 201,11
- ◆ **Сырники (2 шт.) со сметаной 5, 9, 15*** 100/30 г
(яйцо, творог, мука пшеничная, сгущённое молоко/
сметана, масло растительное)
БЖУ 22,48/18,49/34,68/ккал 395,12
- ◆ **Лёгкий салатик 9*** 50 г
(св. огурец, св. помидор, пекинская капуста,
масло растительное)
БЖУ 0,58/10,10/1,46/ккал 99,01
- ◆ **Булочка 8 злаков 5, 6*** 50 г
(мука 8 злаков, мука пшен., кунжут, масло растительное)
БЖУ 3,88/2,16/15,31/ккал 94,27
- ◆ **Булочка кукурузная 5, 6*** 50 г
(мука кукурузная, мука пшен., кунжут, масло растительное)
БЖУ 2,69/2,52/13,91/ккал 99,11
- ◆ **Кофе или чай** 200 мл

ЧЕТВЕРГ

- ◆ **Хлеб тостовый 5, 9*** 50 г
(мука пшен., молоко сухое, масло растительное)
БЖУ 3,65/1,95/26,25/ккал 142,53
- ◆ **Масло, сыр, ветчина (куриная) 5, 6, 9, 15*** 10/20/50 г
БЖУ 13,88/18,73/1,64/ккал 225,17
- ◆ **Каша ячневая молочная 5, 9*** 200 г
(ячневая, молоко, масло сливочное)
БЖУ 9,96/8,43/42,64/ккал 268,89
- ◆ **Сырники (2 шт.) со сметаной 5, 9, 15*** 100/30 г
(яйцо, творог, мука пшеничная, сгущённое молоко/
сметана, масло растительное)
БЖУ 22,48/18,49/34,68/ккал 395,12
- ◆ **Кофе или чай** 200 мл

Аллергены: 1. Арахис и производные. 2. Аспартам E951. 3. Горчица. 4. Диоксид серы и сульфиты.
5. Злаки, содержащие глютен (рожь, пшеница, овес, ячмень). 6. Кунжут. 7. Люпин. 8. Моллюски. 9. Молоко. 10. Орехи.
11. Ракообразные. 12. Рыба. 13. Сельдерей. 14. Соя. 15. Яйцо.

ЗАВТРАКИ

Для проживающих в доме отдыха «Весна»



9:00 – 11:00

ПЯТНИЦА

- ◆ **Глазунья из 2 яиц + 2 сосиски 15*** 80/120 г
(яйцо, сосиски, масло растительное)
БЖУ 10,09/17,60/0,58/ккал 201,10
- ◆ **Блины с вишнёвым вареньем 5, 9, 15*** 100/20 г
(мука пшен., молоко, вишня, масло сливочное, масло растительное)
БЖУ 7,10/6,60/34,73/ккал 218,3
- ◆ **Лёгкий салатик 9*** 50 г
(св. огурец, св. помидор, пекинская капуста, масло растительное)
БЖУ 0,58/10,10/1,46/ккал 99,01
- ◆ **Булочка 8 злаков 5, 6*** 50 г
(мука 8 злаков, мука пшен., кунжут, масло растительное)
БЖУ 3,88/2,16/15,31/ккал 94,27
- ◆ **Булочка кукурузная 5, 6*** 50 г
(мука кукурузная, мука пшен., кунжут, масло растительное)
БЖУ 2,69/2,52/13,91/ккал 99,11
- ◆ **Кофе или чай** 200 мл

СУББОТА

- ◆ **Омлет натуральный + 2 сосиски 9, 15*** 100/100 г
(яйцо, молоко, сосиски)
БЖУ 10,09/17,60/0,57/ккал 201,11
- ◆ **Сырники (2 шт.) со сметаной 5, 9, 15*** 100/30 г
(яйцо, творог, мука пшеничная, сгущённое молоко/сметана, масло растительное)
БЖУ 22,48/18,49/34,68/ккал 395,12
- ◆ **Лёгкий салатик 9*** 50 г
(св. огурец, св. помидор, пекинская капуста, масло растительное)
БЖУ 0,58/10,10/1,46/ккал 99,01
- ◆ **Булочка 8 злаков 5, 6*** 50 г
(мука 8 злаков, мука пшен., кунжут, масло растительное)
БЖУ 3,88/2,16/15,31/ккал 94,27
- ◆ **Булочка кукурузная 5, 6*** 50 г
(мука кукурузная, мука пшен., кунжут, масло растительное)
БЖУ 2,69/2,52/13,91/ккал 99,11
- ◆ **Кофе или чай** 200 мл

ВОСКРЕСЕНЬЕ

- ◆ **Глазунья из 2 яиц + 2 сосиски 15*** 80/120 г
(яйцо, сосиски, масло растительное)
БЖУ 10,09/17,60/0,58/ккал 201,10
- ◆ **Блины с вишнёвым вареньем 5, 9, 15*** 100/20 г
(мука пшен., молоко, вишня, масло сливочное, масло растительное)
БЖУ 7,10/6,60/34,73/ккал 218,3
- ◆ **Лёгкий салатик 9*** 50 г
(св. огурец, св. помидор, пекинская капуста, масло растительное)
БЖУ 0,58/10,10/1,46/ккал 99,01
- ◆ **Булочка 8 злаков 5, 6*** 50 г
(мука 8 злаков, мука пшен., кунжут, масло растительное)
БЖУ 3,88/2,16/15,31/ккал 94,27
- ◆ **Булочка кукурузная 5, 6*** 50 г
(мука кукурузная, мука пшен., кунжут, масло растительное)
БЖУ 2,69/2,52/13,91/ккал 99,11
- ◆ **Кофе или чай** 200 мл

Аллергены: 1. Арахис и производные. 2. Аспартам E951. 3. Горчица. 4. Диоксид серы и сульфиты.
5. Злаки, содержащие глютен (рожь, пшеница, овес, ячмень). 6. Кунжут. 7. Люпин. 8. Моллюски. 9. Молоко. 10. Орехи.
11. Ракообразные. 12. Рыба. 13. Сельдерей. 14. Соя. 15. Яйцо.