**Пакет «придумать название» 1000р 3 приема пищи**

**Белки 85,7 Жир 36 Угл 120 Калории 1193**

**Завтрак**

*Блины с сыром и зеленью*

*Б16,7/ж10/у30/к300*

**Обед**

*Ростбиф из говядины с соусом «песто»*

*Спагетти со шпинатом и помидорами черри*

*б27/ж20/у45/к500*

**Обед 2**

*Индейка томлена в сливочно-грибном соусе*

*Гречневая крупа*

*Микс печеных овощей*

*б42/ж6/у45/к393*