**Стандарт 3х разовое питание 900р**

**Белки 65 жиры 25 угл 70 калории 763**

**Завтрак**

*Творожная запеканка из фермерского творога с изюмом и сметаной*

*18/8,5/16/259*

**Обед**

*Куриная котлетка*

*Шпинатные фетучини*

*23,8/4,5/41,4/282*

*Итальянский салат*

*Томаты черри, сыр моцарелла , руккола, кедровые орешки, салатный микс*

*6/12/4/151*

**Ужин**

*Филе дорадо в имбирном маринаде*

*Соте из печеных овощей*

*20/4/16/200*