

ЗАВТРАК

Омлет с пак-чой

К 160,56 | Ж 11,83 | Б 10,97 | У 1,38

● Выход 100 г

ЗАВТРАК ВТОРОЙ

Брауни шоколадное с вишней

К 111,01 | Ж 8,97 | Б 3,61 | У 2,45

● Выход 35 г

ОБЕД

Суп пюре из брокколи на кокосовом молоке

К 208,86 | Ж 13,32 | Б 5,89 | У 14,65

● Выход 200 г

Филе палтуса

К 167,93 | Ж 8,26 | Б 21,92 | У 0,89

● Выход 100 г

Салат из кабачка и Эдамаме

К 147,13 | Ж 8,85 | Б 7,04 | У 9,20

● Выход 150 г

Соус-кешью

К 56,92 | Ж 4,12 | Б 0,68 | У 3,86

● Выход 10 г

ПОЛДНИК

Боул с печёным перцем, чечевицей и сыром фета

К 233,60 | Ж 13,48 | Б 9,40 | У 19,27

● Выход 150 г

УЖИН

Котлеты куриные

К 362,17 | Ж 22,59 | Б 38,45 | У 0,89

● Выход 120 г

Тартар из печеных овощей

К 127,42 | Ж 7,20 | Б 3,34 | У 11,35

● Выход 120 г