



Фитнес обеды с 28-01 июня за 350р. 550-650 калорий

Понедельник

Шоколадные блинчики с бананом 150
Тыквенный крем суп с индейкой 300
Треска со спаржей и отварным картофелем 100/150

Вторник

Творог со сметаной и черносливом 150
Окрошка на квасе 300
Тефтели куриные с овощами на пару 100/150

Среда

Запеканка твороженная с клюквенным соусом 150
Борщ холодный со сметаной 300
Фрикасе из куриного филе с ананасами в сливочном соусе с рисом
100/150

Четверг

Сэндвич с куриным филе и сырным соусом 150
Куриный бульон с рисом и овощами 300
Оладушки из горбуши с кус кусом 100/150

Пятница

Салат из помидор с соусом цезарь с курочкой 150
Суп мексиканский 300
Индейка копченая с перловкой и сотэ из овощей 100/150

«Фитнес кухня» желает Вам Приятного Аппетита!