



МЕНЮ СРЕДА (1 неделя)

1.04.2016г

Ответственный:

[signature]

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Сырники из творога, запечённые со сметаной	155	321
	Какао с молоком	200	107
	Бутерброд с маслом	40/5	174,8
	итого за завтрак	400	
2 завтрак	Ряженка	100	54
Обед	Огурец (порциями)	50	28
	Борщ со сметаной на курином бульоне с курицей	185/5/10	180
	Биточки мясные	70	90
	Гречка отварная с маслом и луком	130	180,0
	Компот из сухофруктов	180	130,6
	Хлеб ржаной и пшеничный	45/30	68,7
	итого за обед	700	
уплотненный полдник	Пряник	50	148
	Каша пшеничная вязкая	200	120,0
	Чай с молоком	200	52
	Яблоко	100	47
	итого за уплотненный полдник	550	
Итого за третий день:		1750	1903