

МЕНЮ НА 25 АПРЕЛЯ

Неделя 2 День 9	Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп туры
Завтрак	Каша ячневая на молоке	180	4	6	12	121	418
	Каша ячневая на воде (аллергики)						
	Какао с молоком	180	5	4	17	127	397
	Чай (аллергики)						
	Бутерброд с маслом сливочным	40	2	8	16	145	1
	Батон (аллергики)						
итого		400	11	18	45	393	
II Завтрак	Яблоко	100			10	47	368
итого		100			10	47	
Обед	Салат из квашеной капусты	60	1	3	2	41	02
	Суп перловый со сметаной	180	5	9	15	159	80
	Суп перловый на воде без сметаны (аллергики)						
	Тефтели мясные	80	9	20	6	239	287
	Рыба отварная (аллергики)						
	Картофельное пюре с маслом	130	3	5	19	129	321
	Картофель отварной с растительным маслом (аллергики)						
	Компот из свежих яблок	200			13	54	372
	Компот из свежих яблок без сахара (аллергики)						
	Хлеб галицкий	50	3	1	25	116	001
итого		650	22	38	82	753	
Полдник	Компот из сушеных фруктов	200			23	94	376
	Компот из с/ф без сахара (аллергики)						
	Печенье сахарное	50	4	5	37	204	427
	Банан, яблоко (аллергики)						
итого		250	4	5	60	298	
Ужин	Рис отварной рассыпчатый с маслом	130/5	3	4	30	166	315
	Рис отварной рассыпчатый с растительным маслом (аллергики)						
	Биточки рыбные запеченные	80	2	4	7	76	255
	Яйцо вареное (аллергики)						
	Чай с сахаром	200			10	40	392
	Чай без сахара (аллергики)						
	Батон порционный	35	3	1	18	92	002
итого		450	8	9	65	374	
Итого за день		1850	45	70	262	1865	