

МЕНЮ НА 4 АПРЕЛЯ

Неделя 1 День 4	Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп туры
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	180	6	6	20	159	93
	Каша гречневая на воде (аллергики)						
	Какао с молоком Чай (аллергики)	180	5	4	17	127	397
	Бутерброд с маслом сливочным Батон	40	2	8	16	145	1
итого		400	13	18	53	431	
II Завтрак	Яблоко	100			10	47	368
		100			10	47	
Обед	Огурец соленый (порционный)	60			1	8	01
	Суп картофельный с горохом Суп картофельный с горохом без мяса (аллергики)	180	7	10	14	176	81
	Шницель мясной Рыба отварная (аллергики)	80	12	25	13	320	282
	Картофельное пюре с маслом Картофель отварной с растительным маслом (аллергики)	130	3	5	19	129	321
	Компот из сушеных фруктов Компот из сухофруктов без сахара (аллергики)	150			17	70	376
	Хлеб галицкий	50	3	1	25	116	001
итого		650	26	41	87	818	
Полдник	Компот из свежих яблок Чай (аллергики)	180			12	49	372
	Печенье сахарное Яблоко или банан (аллергики)	50	4	5	37	204	427
итого		250	4	5	60	298	
Ужин	Рис отварной рассыпчатый с маслом Рис отварной рассыпчатый без масла (аллергики)	130/5	3	4	30	166	315
	Биточки рыбные запеченные Яйцо вареное (аллергики)	80	2	4	7	76	255
	Чай с сахаром Чай (аллергики)	200			10	40	392
	Батон порционный	35	3	1	18	92	002
итого		450	8	9	65	374	
Итого за день		1850	51	73	275	1968	