

## МЕНЮ НА 10 АПРЕЛЯ

Неделя 2 День 8	Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп туры
<b>Завтрак</b>	Каша геркулесовая на молоке Каша геркулесовая на воде (аллергики)	180	6	7	22	174	413
	Кофейный напиток с молоком Чай (аллергики)	180	4	4	17	121	395
	Бутерброд с маслом сливочным Батон (аллергики)	40	2	8	16	145	1
<b>итого</b>		400	12	19	55	440	
<b>II Завтрак</b>	Яблоко	100			10	47	368
		100			10	47	
<b>Обед</b>	Салат из свеклы	60	1	3	5	51	33
	Щи из свежей капусты на курином бульоне Щи на воде без сметаны (аллергики)	180	21	24	7	329	67
	Рис тушеный с птицей Рис тушеный с овощами (аллергики)	210	23	26	37	475	304
	Компот из сушеных фруктов Компот без сахара (аллергики)	180			21	85	376
	Хлеб галицкий	50	3	1	25	116	001
<b>итого</b>		680	48	54	95	1056	
<b>Полдник</b>	Чай с сахаром Чай (аллергики)	200			10	40	392
	Печенье сахарное Яблоко (аллергики)	50	4	5	37	204	427
<b>итого</b>		250	8	20	41	379	
<b>Ужин</b>	Макароны отварные с маслом Макароны с растительным маслом (аллергики)	130/5	5	4	27	166	204
	Тефтели мясные Яйцо вареное (аллергики)	80	9	20	6	239	287
	Чай с сахаром Чай (аллергики)	200			10	40	392
	Батон порционный	35	3	1	18	92	002
<b>итого</b>		450	17	25	61	537	
<b>Итого за день</b>		<b>1880</b>	<b>85</b>	<b>118</b>	<b>262</b>	<b>2459</b>	