

## МЕНЮ НА 11 АПРЕЛЯ

Неделя 2 День 9	Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп туры
<b>Завтрак</b>	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)						
<b>итого</b>		400	11	18	45	393	
<b>II Завтрак</b>	Яблоко	100			10	47	368
<b>итого</b>		100			10	47	
<b>Обед</b>	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 сушеных фруктов	180			21	85	376
	Компот без сахара (аллергики)						
	Хлеб галицкий	50	3	1	25	116	001
<b>итого</b>		650	22	38	82	753	
<b>Полдник</b>	Компот из свежих яблок	200			13	54	372
	Чай (аллергики)						
	Печенье сахарное	50	4	5	37	204	427
	Банан, яблоко (аллергики)						
<b>итого</b>		250	4	5	60	298	
<b>Ужин</b>	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
<b>итого</b>		450	8	9	65	374	
<b>Итого за день</b>		<b>1850</b>	<b>45</b>	<b>70</b>	<b>262</b>	<b>1865</b>	