

МЕНЮ НА 4 АПРЕЛЯ 1 МЛ. ГР.

Неделя 1 День 4	Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп туры
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями Каша гречневая на воде (аллергики)	150	5	5	16	131	93
	Какао с молоком Чай (аллергики)	160	4	4	15	112	397
	Бутерброд с маслом сливочным Батон	40 40	2	8	16	145	1
итого		350	11	17	47	388	
П Завтрак	Яблоко	100			10	47	368
		100			10	47	
Обед	Огурец соленый (порционный)	30			1	4	01
	Суп картофельный с горохом Суп картофельный с горохом без мяса (аллергики)	150 150	6	8	12	144	81
	Шницель мясной Рыба отварная (аллергики)	50	7	15	8	202	282
	Картофельное пюре с маслом Картофель отварной с растительным маслом (аллергики)	110 110	2	4	16	109	321
	Компот из сушеных фруктов Компот из сухофруктов без сахара (аллергики)	150			17	70	376
	Хлеб галицкий	40	2	1	20	93	001
	итого		530	18	28	72	621
Полдник	Компот из свежих яблок Чай (аллергики)	180			12	49	372
	Печенье сахарное Яблоко или банан (аллергики)	20	1	2	15	81	427
итого		200	1	2	36	166	
Ужин	Рис отварной рассыпчатый с маслом Рис отварной рассыпчатый без масла (аллергики)	120/5	2	3	26	143	315
	Биточки рыбные запеченные Яйцо вареное (аллергики)	60	2	3	6	58	255
	Чай с сахаром Чай (аллергики)	180			10	40	392
	Батон порционный	35	3	1	18	92	002
итого		400	7	7	60	333	
Итого за день		1580	37	54	225	1555	