

## МЕНЮ НА 19 ИЮНЯ I МЛ. ГР.

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)	150	5	5	17	139	413
	Кофейный напиток с молоком Чай (аллергики)	160	4	3	15	106	395
	Бутерброд с маслом сливочным Батон (аллергики)	40 40	2	8	16	145	1
<b>итого</b>		350	11	16	48	390	
<b>II Завтрак</b>	Яблоко	100			10	47	368
		100			10	47	
<b>Обед</b>	Салат из свеклы	30		2	2	30	33
	Щи из свежей капусты на курином бульоне Щи на воде без сметаны (аллергики)	150 150	17	20	5	270	67
	Рис тушеный с птицей Рис тушеный с овощами (аллергики)	160 160	18	20	28	358	304
	Компот из сушеных фруктов Компот без сахара (аллергики)	150			17	70	376
	Хлеб галицкий	40	2	1	20	93	001
<b>итого</b>		530	37	43	72	821	
<b>Полдник</b>	Чай с сахаром Чай (аллергики)	180			10	40	392
	Вафли Яблоко, (аллергики)	20	1	6	13	108	511
<b>итого</b>		200	6	11	22	210	
<b>Ужин</b>	Макароны отварные с маслом Макароны с растительным маслом (аллергики)	120/5 120/5	4	4	24	150	204
	Тефтели мясные Яйцо вареное (аллергики)	60	6	15	5	176	287
	Помидор свежий						
	Чай с сахаром Чай (аллергики)	180			10	40	392
	Батон порционный	35	3	1	18	92	002
<b>итого</b>		400	13	20	57	458	
<b>Итого за день</b>		<b>1580</b>	<b>67</b>	<b>90</b>	<b>209</b>	<b>1926</b>	