

МЕНЮ НА 21 ИЮНЯ I МЛ. ГР.

Неделя 2 День 10	Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп туры
Завтрак	Каша Дружба на молоке Каша Дружба на воде (аллергики)	150	5	5	21	152	185
	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
итого		350	11	16	52	403	
II Завтрак	Сок Яблоко (аллергики)	100	1		10	46	399
		100	1		10	46	
Обед							
	Суп картофельный с макаронными изделиями Суп картофельный с макаронными изделиями на воде (аллергики)	150	18	19	12	293	82
	Картофельное пюре с маслом Картофель тушеный с растительным маслом (аллергики)	110	2	4	16	109	321
	Кнели куриные с рисом Домашнее блюдо (аллергики)	50	10	11	5	160	312
	Компот из сушеных фруктов Компот без сахара (аллергики)	150			17	70	376
	Хлеб галицкий	40	2	1	20	93	001
итого		530	32	35	71	729	
Полдник	Кисель из плодово – ягодного концентрата Компот без сахара (аллергики)	180			17	82	383
	Батон порционный	20	2	1	10	52	002
итого		200	2	1	27	134	
Ужин	Пудинг из творога с повидлом Картофель отварной с растительным маслом, яйцо вареное (аллергики)	100/20 80/40	19	12	28	300	237
	Чай с сахаром Чай (аллергики)	180			10	40	392
	Яблоко (аллергики)	100			10	47	368
итого		400	19	12	48	387	
Итого за день		1580	65	64	208	1699	