

МЕНЮ НА 5 ИЮНЯ I МЛ. ГР.

Неделя 2 День 8	Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп туры
Завтрак	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
итого		350	11	16	48	390	
II Завтрак	Яблоко	100			10	47	368
		100			10	47	
Обед	Огурец свежий	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
итого		530	37	43	72	821	
Полдник	Чай с сахаром Чай (аллергики)	180			10	40	392
	Печенье сахарное яблоко(аллергики)	20	1	2	15	81	427
итого		200	6	11	22	210	
Ужин	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
	Чай с сахаром Чай (аллергики)	180			10	40	392
	Батон порционный	35	3	1	18	92	002
итого		400	13	20	57	458	
Итого за день		1580	67	90	209	1926	