

Сад 184

Выход (г)	Наименование блюда
<u>Завтрак</u>	
30	Бутерброд с сыром(15/15) *
40	Свежий огурец(40) *
180	Чай с лимоном(180) *
30	Хлеб пшеничный(30) *
100	Омлет натуральный(100) *
380	Итого за Завтрак
<u>Завтрак 2</u>	
160	Сок фруктовый(160) *
160	Итого за Завтрак 2
<u>Обед</u>	
30	Хлеб пшеничный(30) *
80	Котлеты(80) *
160	Капуста тушеная(160) *
150	Компот из свежих плодов(150) *
45	Помидор свежий(45) *
3	Соль(3) *
200	Суп картофельный с клецками
50	Хлеб ржаной(50) *
718	Итого за Обед
<u>Уплотненный полдник</u>	
200	Кефир(200) *
80	Бананы(80) *
30	Печенье(30) *
100	Сырники из творога(100) *
410	Итого за Уплотненный полдник
1 668	Итого за день