Четверг 23.12.2021

	ВЕС/ККАЛ
ЗАВТРАК 1	
Сыр (порционный)	10/**36**
Каша жидкая молочная «Геркулес» с м/с	180/**172,4**
Кофейный напиток с молоком	200/**101**
Хлеб пшеничный йодированный	30/**73,5**
ЗАВТРАК 2	
Плоды свежие	100г/**44,2**
ОБЕД	
Суп из овощей со сметаной на курином бульоне	200/**103,1**
Плов из птицы	210/**457,3**
Напиток из плодов шиповника	200/**87,7**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
Хлеб ржано-пшеничный	30/**57,3**
Огурец соленый	20/**2,6**
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	
Пудинг из творога с яблоком	120/**218,5**
Кефир 2,5%	180/**95,4**
УЖИН	
Омлет с картофелем с маслом сливочным	120/**225**
Морковь отварная с маслом сливочным	100/**49,3**
Чай с сахаром	180/**37,8**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
Хлеб ржано-пшеничный	20/**38,2**
Энергетическая ценность(ккал) за день	**1897,3**
Стоимость дня	

Заведующий _____

Спец. по питанию _____