

Сад 184

Выход (г)	Наименование блюда
<u>Завтрак</u>	
20	Булочка(20) *
50	Икра кабачковая(50) *
30	Хлеб пшеничный(30) *
100	Омлет натуральный(100) *
190	Чай с сахаром(190) *
390	Итого за Завтрак
<u>Завтрак 2</u>	
160	Сок фруктовый(160) *
160	Итого за Завтрак 2
<u>Обед</u>	
30	Хлеб пшеничный(30) *
3	Соль(3) *
200	Плов из курицы(200) *
50	Хлеб ржаной(50) *
60	Помидоры соленые(60) *
165	Напиток(165) *
200	Суп картофельный с рыбными консервами(200) *
708	Итого за Обед
<u>Уплотненный полдник</u>	
200	Кефир(200) *
100	Сырники из творога(100) *
50	Соус молочный (сладкий)(50) *
50	Булочка домашняя(50) *
100	Яблоки(100) *
500	Итого за Уплотненный полдник
1 758	Итого за день