

18 декабря



Утверждаю  
М.В.Дюкляева

Прием пищи	Наименование блюда	масса порций		энергетическая ценность (ккал)	
		1-3	3-7	1-3	3-7
завтрак	каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом	150	200	120	130
	батон нарезной	45	61,73	110	145
	чай с сахаром и лимоном	180	180	63	63
2-ой завтрак	Напиток из мандарин	150	200	55	75
обед	винегрет овощной с маслом растительным	80	80	37	57
	суп по-домашнему с пельменями из мяса говядины п/ф	150	200	97	115
	Рагу из курицы	130	150	119	127
	хлеб ржаной	30	37,9	70	75
	кисель из повидла	150	200	55	68
	пирожок печеный с повидлом	60	60	105	105
полдник	макаронные изделия отварные с маслом сливочным	110	130	220	240
	Сок фруктовый	163,6	200	60	92
	<b>Итого за день:</b>			<b>1111</b>	<b>1292</b>
<p><b>Стоимость дня 103 руб. 60 коп.</b></p>					