

18 января



Прием пищи	Наименование блюда	масса порций		энергетическая ценность (ккал)	
		1-3	3-7	1-3	3-7
завтрак	макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	200	85	152
	бутерброд с сыром (батон нарезной) 25\5 30\5	30	35	110	145
	чай с сахаром	180	180	60	60
Итого за завтрак		360	415	264	409
2-ой завтрак	яблоко	100	105	255	357
Итого за 2 завтрак		100	105	255	357
обед	салат из кукурузы консервированной с маслом растительным	30	50	36	48
	суп харчо с мясом говядины	150	200	47	57
	тефтеля из мяса говядины	50	70	102	187
	каша гречневая рассыпчатая	110	130	187	213
	Хлеб пшеничный	20	30	190	220
	Хлеб ржаной	30	38	70	75
	кисель из повидла	150	200	55	68
Итого за обед		540	718	522	696
полдник	пирожок печеный с повидлом	60	60	70	90
	компот из чернослива	150	200	60	92
	Итого за полдник	210	260	289	317
Итого за день:				1150	1513
Стоимость дня 102 руб. 27 коп.					