

МЕНЮ (3 день)
на 20 февраля 2021 года

Завтрак: с 1,5-3х с 3-7 Калорийность
блюда

<u>Каша молочная жидкая манная с маслом</u>	<u>150/5</u>	<u>200/5</u>	<u>108/134</u>
<u>Какао с молоком</u>	<u>150</u>	<u>180</u>	
<u>Бутерброд с маслом</u>	<u>30/10</u>	<u>30/10</u>	<u>136/136</u>
<u>Итого</u>	<u>345</u>	<u>425</u>	

2-ой завтрак

<u>Бифидок с сахарным сиропом</u>	<u>140/10</u>	<u>220/15</u>	<u>76/92</u>
---------------------------------------	---------------	---------------	--------------

Обед:

<u>Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной</u>	<u>150/10</u>	<u>200/7</u>	<u>78,2/99</u>
<u>Котлета домашняя</u>	<u>60</u>	<u>97</u>	<u>144/192</u>
<u>Рис отварной</u>	<u>120</u>	<u>150</u>	<u>168/210</u>
<u>Компот из смеси сухофруктов</u>	<u>150</u>	<u>180</u>	<u>85/102</u>
<u>Хлеб ржаной</u>	<u>40</u>	<u>50</u>	<u>100/142,5</u>
<u>Хлеб пшеничный</u>		<u>25</u>	<u>56</u>
<u>Итого</u>	<u>530</u>	<u>709</u>	

Полдник:

<u>Рожки отварные с сыром</u>	<u>150</u>	<u>150</u>	<u>218/218</u>
<u>Чай с лимоном</u>	<u>150/3,5</u>	<u>180/7</u>	<u>41/53</u>
<u>Итого</u>	<u>303,5</u>	<u>337</u>	
<u>Общий суммарный объем</u>	<u>1328,5</u>	<u>1706</u>	

Рекомендуем на ужин: Каша молочная, молоко
витаминизированное

Заведующий _____

Меркушева

/Е.Ю.Меркушева/