

**«13» ОКТЯБРЯ 2022г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Выход, г.** | **Калорийность, ккал/Дж** | **Цена** |
| **Завтрак** | | | |
| Суп молочный с пшеном | 180/200 | 156,08/653,48 | 13-83 |
| Чай с сахаром | 180 | 30/125,6 |
| Хлеб с сыром | 40/10 | 381,17/1595,88 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |
| Молоко | 180/200 | 117/31/491,15 | 9-77 |
| **Обед** | | | |
| Рассольник Ленинградский | 180/200 | 119,68/501,08 | 48-59 |
| Голубцы ленивые | 80/100 | 330,81/1385,04 |
| Лапша | 80/100 | 168/703,38 |
| Кисель | 180/200 | 116,29/486,88 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 50/30 | 117,5/491,95 |
| **Полдник** | | | |
| Чай | 180/200 | 30/125,6 | 9-00 |
| Хлеб с повидлом | 40/10 | 161/674,07 |
| **Ужин** | | | |
| Омлет | 100/120 | 125/523,25 | 14-88 |
| Икра морковная | 60 | 68,5 |  |
| Хлеб пшеничный | 40 | 117,5/491,95 |
| Чай | 180/200 | 30/125,6 |
| **ИТОГО** |  | **2000,03/8374,91** | **96-07** |