

**«12» сентября 2022г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  **Приём пищи**  | **Выход, г.** | **Калорийность, ккал/Дж** | **Цена** |
| **Завтрак** |
| Лапша с сыром | 180/200 | 168,88/707,07 | 18-09 |
| Чай | 180/200 | 30/125,6 |
| Хлеб с маслом | 40/5 | 219,53/919,13 |
| **Второй завтрак** |
| Яблоко | 100 |  147/615,46 |  15-00 |
| **Обед** |
| Суп с клёцками | 180/200 | 139,6/584,48 | 48-96 |
| Пюре картофельное | 100/120 | 106,97/447,86 |
| Тефтели Ёжики | 60/20 | 164,64/689,31 |
| Напиток из шиповника | 180/200 | 46,87/196,24 |
| Хлеб пшеничный/ржаной  | 40/50 | 117,5/491,95 |
| **Полдник** |
| Чай  | 180/200 | 30/125,6 | 4-05 |
| Хлеб с повидлом | 40/10 | 319,58/1335,84 |
| **Ужин** |
| Каша гречневая | 180/200 | 175,87/736,33 | 20-22 |
| Молоко | 180/200 | 117,3/491,11 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 117,5/491,95 |
| Чай | 180/200 | 30/125,6 |
| **ИТОГО** |  | **1826,55/7647,4** | **106-32** |