

**«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** | |