

**«19» августа 2022г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Выход, г.** | **Калорийность, ккал/Дж** | **Цена** |
| **Завтрак** | | | |
| Суп молочный с макар. издел. | 180/200 | 148,54/621,91 | 18-32 |
| Чай | 180/200 | 30/125,6 |
| Хлеб с маслом | 40/5 | 154,9/648,54 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |
| Яблоко | 100 | 38/159,1 | 9-10 |
| **Обед** | | | |
| Суп бобовый с гренками | 180/200/40 | 79,03/330,88 | 35-70 |
| Рыба, тушёная в томате | 80/60/20 | 91,47/382,97 |
| Пюре картофельное | 100/120 | 85,58/358,31 |
| Компот из сухофруктов | 180/200 | 113,79/476,42 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 50/30 | 117,5/491,95 |
| **Полдник** | | | |
| Чай | 180/200 | 30/125,6 | 2-33 |
| Печенье | 15 | 176,32/738,22 |
| **Ужин** | | | |
| Сырники с повидлом | 100/120/10 | 280,8/1175,65 | 19-00 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 117,5/491,95 |
| Чай | 180/200 | 30/125,6 |
| **ИТОГО** |  | **1820,18/7620,73** | **84-45** |