

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Выход, г.** | **Калорийность, ккал/Дж** | **Цена** |
| **Завтрак** | | | |
| Каша ячневая | 200 | 210,13/879,77 | 18-23 |
| Чай с сахаром | 180/200 | 30/125,6 |
| Хлеб с сыром | 40/10 | 171,5/718,05 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |
| Сок | 200 | 100/418,68 | 11-89 |
| **Обед** | | | |
| Суп с рыбной фрикаделькой | 180/200 | 129,37/541,65 | 42-13 |
| Лапша отварная | 120 | 168/703,38 |
| Котлета | 100 | 161,64/676,75 |
| Компот из шиповника | 180/200 | 46,87/196,24 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 50/30 | 117,5/491,95 |
| **Полдник** | | | |
| Чай | 180/200 | 30/125,6 | 8-66 |
| Булочка домашняя | 60 | 176,32/738,22 |
| **Ужин** | | | |
| Каша Дружба | 200 | 241,11/1009,02 | 10-31 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 117,5/491,95 |
| Чай | 180/200 | 30/125,6 |
| **ИТОГО** |  | **1795,29/7516,52** | **91-22** |

**«19» сентября 2022г.**