

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
25-Каша "Дружба"	130	136.44
25-Кофейный напиток с молоком	180	60.66
25-Бутерброд с маслом и сыром	35/5/9	155.66
10 ЧАСОВ		
25-,Кисломолочный напиток 100/130	100	76.50
ОБЕД		
25.-Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)	40	40.25
25.-Суп картофельный с бобовыми, с мясом	180	76.09
25-Гренки из пшеничного хлеба	15	65.63
25-Рыба по-польски	60	119.23
25-Рис отварной с овощами	110	153.75
25-Соки овощные, фруктовые и ягодные	160	67.82
25-Хлеб ржаной	40	77.92
ПОЛДНИК		
25-Молоко кипяченое 180/200	180	106.56
25-Сушка на сметане	50	190.27
УЖИН		
25-Голубцы ленивые	150	359.05
25-Чай с сахаром	180	20.06
25-Плоды свежие	95	40.66
25-Хлеб пшеничный	20	46.88

Итого калорийность: 1793.43 Ккал.

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
25-Каша "Дружба"	200	220.82
25-Кофейный напиток с молоком	200	65.83
25-Бутерброд с маслом и сыром	50/5/13	213.39
10 ЧАСОВ		
25-,Кисломолочный напиток 100/130	130	99.69
ОБЕД		
25.-Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)	60	68.98
25.-Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200	83.17
25-Гренки из пшеничного хлеба	25	106.39
25-Рыба по-польски	70	141.17
25-Рис отварной с овощами	150	186.58
25-Напиток с витаминами "Витошка" для детей	250	93.28
25-Хлеб ржаной	40	59.94
ПОЛДНИК		
25-Молоко кипяченое 180/200	200	120.56
25-Сушка на сметане	60	223.62
УЖИН		
25-Голубцы ленивые	150	321.02
25-Чай с сахаром	200	24.07
25-Плоды свежие	100	42.69
25-Хлеб пшеничный	25	58.60

Итого калорийность: 2129.80 Ккал.