

# МЕНЮ



13 января

## Завтрак:

| Наименование блюда    | Масса порции | Энергет. Ценность ккал |
|-----------------------|--------------|------------------------|
| Каша молочная овсяная | 200          | 231,6                  |
| Чай с лимоном         | 200          | 53,06                  |
| Хлеб пшеничный        | 50           | 76,6                   |

## Второй завтрак:

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  |  |
|--|--|--|

## Обед:

|                                       |     |        |
|---------------------------------------|-----|--------|
| Борщ                                  | 200 | 232,53 |
| Тефтели «Ежики»                       | 80  | 289,5  |
| Макароны отварные со сливочным маслом | 130 | 229,76 |
| Хлеб пшеничный,                       | 50  | 76,6   |
| Компот из сухофруктов                 | 200 | 96,76  |
| Винегрет овощной                      | 80  | 89,5   |

## Полдник:

|                          |     |                |
|--------------------------|-----|----------------|
| Ряженка                  | 200 | 61,62          |
| Булочка сдобная молочная | 60  | 150,30         |
| <b>Итого</b>             |     | <b>1587,83</b> |