

**Меню на 16.08.2022 г.**

|                             |                                                     |        |        |       |        |         |       |       |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------|--------|--------|-------|--------|---------|-------|-------|
| <b>Завтрак</b>              | <b>Каша овсяная жидкая</b>                          | 200,00 | 7,26   | 9,48  | 23,49  | 206,79  | 1,35  | 47    |
|                             | <b>Чай сладкий</b>                                  | 180,00 | 0,10   | 0,00  | 15,20  | 61,00   | 2,8   | 92    |
|                             | <b>Бутерброд с маслом</b>                           | 30 5   | 2,30   | 4,36  | 14,62  | 108,00  | 0     | 75    |
| <b>2-ой завтрак</b>         | <b>Яблоко</b>                                       | 100    | 0,40   | 0,30  | 10,30  | 47,00   | 5     | 83    |
| <b>Обед</b>                 | <b>Рассольник на к/б со сметаной</b>                | 200 6  | 5,94   | 4,86  | 23,91  | 163,64  | 16,73 | 2     |
|                             | <b>Бефстроганов из кур</b>                          | 80,00  | 16,73  | 15,78 | 4,25   | 225,82  | 0,48  | 30    |
|                             | <b>Рис отварной</b>                                 | 120,00 | 3,41   | 6,33  | 28,09  | 183,13  | 0     | 21    |
|                             | <b>Компот из сухофруктов (курага)</b>               | 180,00 | 0,48   | 0,00  | 23,80  | 90,00   | 0,4   | 85    |
|                             | <b>Хлеб ржаной</b>                                  | 40,00  | 30,40  | 0,06  | 15,36  | 80,04   | 0     | 77    |
| <b>Полдник</b>              | <b>Крупеник гречневый с творогом</b>                | 120,00 | 21,38  | 14,52 | 26,58  | 322,08  | 0,057 | 68    |
|                             | <b>Кисель из концентрата плодового или ягодного</b> | 180,00 | 1,40   | 0,00  | 30,04  | 120,50  | 5,4   | 91    |
| <b>Ужин</b>                 | <b>Яйцо вареное</b>                                 | 40     | 20,80  | 21,84 | 22,43  | 357,84  | 8,17  | 29    |
|                             | <b>Кофейный напиток</b>                             | 180    | 3,6    | 3,6   | 18,69  | 119,7   | 8,7   | 89    |
|                             | <b>Хлеб пшеничный</b>                               | 20,00  | 2,64   | 0,92  | 18,00  | 92,21   | 0     | 76    |
| <b>Итого за второй день</b> |                                                     |        | 120,71 | 85,50 | 287,96 | 2134,70 | 55,19 | 94,84 |