



Меню



Наименование блюда	Вес	в грам	Ашамлык исемлеге
Завтрак	от 1-3л	с 3-7л	Иртенге аш
Каша геркулесовая молочная с маслом	150/5	180/5	Геркулес ярмалы сөтле боткасы
Какао с молоком, с сахаром	150	180	сөтле какао
Бутерброд со сливочным маслом	25/5	30/5	Ак май яралган батон
2-й завтрак			Икенче иртенге аш
Яблоко	1 шт	1 шт	Алма
Обед			Төшке аш
Салат свекольный с зеленым горошком	40	60	Чөгендер салаты яшел борчак белән
Суп картофельный с гречневой крупой на к/б со сметаной, с куриными фрикадельками	150/7 10	180/7 15	Тавык шулпасында кайнаган корабодай аши каймак белән
Овощное рагу	150	180	Яшелчэләрдән рагу
Куриные тефтели	50	70	Тавыктан тефтели
Хлеб ржаной	40	45	Арыш икмеге
Компот из урюка	150	180	Орек компоты
Полдник			Жиңел аш
Катык	150	180	Катык
Гребешок с повидлом	50	70	боллы кумәч повидло белән
Ужин			Кичке аш
Омлет натуральный	130	150	Йөмырка тәбәсе
Чай с сахаром	150	180	Боллы чәй
Хлеб пшеничный	25	30	Бодай икмәге
Белки:	жиры:	углеводы	Килоколории:
53,73/69,49	52,82 67,69	207,20 247,19	1530,94/1890,91