

МЕНЮ (10 день )  
11 июля

	наименование блюда	грамм 1-3	ккал 1-3	грамм 3-7	ккал 3-7
Завтрак Иртэнге аш	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3	185,66	180/3	233,1
	Кофейный напиток с молоком	180/6	42,67	180/6	42,67
	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	25/5/10	132,83	30/5/10	145,10
2 завтрак 2 Иртэнге	Сок	125	52,77	180	76
Обед Төшке аш	Огурцы свежие порционно	30	3,6	50	6
	Суп картофельный с рисовой крупой, с мясными фрикадельками, со сметаной	150/10/5	72,05	180/10/5	79,6
	Котлеты рыбные с маслом сливочным	50/2	102,2	70/3	144,36
	Макаронные изделия отварные с овощами	110	138,16	130	163,28
	Кисель	150	62,7	180	75,24
	Хлеб пшеничный			25	58,75
	Хлеб ржаной	35	69,3	45	89,1
Полдник Йокыдан соң аш	Ряженка	150	76	180	91,8
	Булочка "Российская"	30	88,5	30	88,5
Ужин Кичке аш	Каша вязкая гречневая с мясом говядины и овощами	150	201,38	200	268,5
	Напиток из шиповника	150/5	52,5	180/6	79,38
	Хлеб пшеничный	20	47	30	70,5
			<b>1194,49</b>		<b>1566,78</b>
итого за день с 1-3 цена 135,49 руб. ; с 3-7 цена 170,64 руб.					