МЕНЮ (10 день) 12 декабря

2 завтрак 2 Иртэнге 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 25,08 50 41,8 200 25,08 50 41,8 200 25,08 20,45		наименование блюда	грамм 1-3	ккал 1-3	грамм 3-7	ккал 3-7
Бутерброд с маслом сливочным 25/5 98,5 30/5 111,68	-		140/3	179,4	180/3	225
Сок 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 84,8 200 25,08 50 41,8 200 25,08 50 41,8 200 25,08		Чай с сахаром	180/6	28,7	180/6	28,7
2 Иртэнге 200 84,8 200 84,8 Обед Тошке аш Салат из зеленого горошка к/с 30 25,08 50 41,8 Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне 150 42,88 180 51,45 Голубщы ленивые в сметанном соусе 110/20 179,14 120/30 201, напиток из сухофруктов 150 60 180 71,52 Хлеб пшеничный 20 47 30 70,57 Хлеб ржаной 35 69,23 45 89,19 Полдник Йокыдан соң аш Кисломолочный напиток (кефир) 150 83 180 90 Кондитерское изделие (пряники) 35 128,1 35 128,1 Ужин Кичке аш сырники с повидлом 100/30 329 120/30 379,8 Напиток из шиповника 150 26,5 180 31,38		Бутерброд с маслом сливочным	25/5	98,5	30/5	111,68
Тошке аш Салат из зеленого горошка к/с 30 25,08 50 41,8 Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне 150 42,88 180 51,45 Голубцы ленивые в сметанном соусе 110/20 179,14 120/30 201, напиток из сухофруктов 150 60 180 71,52 Хлеб пшеничный 20 47 30 70,57 Хлеб ржаной 35 69,23 45 89,19 Полдник Йокыдан соң аш Кисломолочный напиток (кефир) 150 83 180 90 Кондитерское изделие (пряники) 35 128,1 35 128,1 Ужин Кичке аш сырники с повидлом 100/30 329 120/30 379,8 Напиток из шиповника 150 26,5 180 31,38	_	Сок	200	84,8	200	84,8
курином бульоне Голубцы ленивые в сметанном соусе Напиток из сухофруктов Толубцы ленивые в сметанном соусе Напиток из сухофруктов Толубцы ленивые в сметанном соусе Напиток из сухофруктов Толубцы ленивые в сметанном соусе Толубцы ленивые в сметанном соусе в толубцы ленивые в сметанном соусе в толубцы ленивые в толу	Обед	Салат из зеленого горошка к/с	30	25,08	50	41,8
Напиток из сухофруктов 150 60 180 71,52 Хлеб пшеничный 20 47 30 70,57 Хлеб ржаной 35 69,23 45 89,19 Кисломолочный напиток (кефир) 150 83 180 90 Кондитерское изделие (пряники) 35 128,1 35 128,1 Ужин Кичке аш Сырники с повидлом Напиток из шиповника 150 26,5 180 31,38			150	42,88	180	51,45
Хлеб пшеничный 20 47 30 70,57 Хлеб ржаной 35 69,23 45 89,19 Полдник Йокыдан соң аш Кисломолочный напиток (кефир) 150 83 180 90 Кондитерское изделие (пряники) 35 128,1 35 128,1 Ужин Кичке аш сырники с повидлом 100/30 329 120/30 379,8 Напиток из шиповника 150 26,5 180 31,38		Голубцы ленивые в сметанном соусе	110/20	179,14	120/30	201,98
Хлеб ржаной 35 69,23 45 89,19		напиток из сухофруктов	150	60	180	71,52
Полдник Йокыдан соң аш Кисломолочный напиток (кефир) 150 83 180 90 Ужин Кичке аш Кондитерское изделие (пряники) 35 128,1 35 128,1 Напиток из шиповника 100/30 329 120/30 379,8 Напиток из шиповника 150 26,5 180 31,38		Хлеб пшеничный	20	47	30	70,57
Йокыдан соң аш Кондитерское изделие (пряники) 35 128,1 35 128,1 Ужин Кичке аш сырники с повидлом 100/30 329 120/30 379,8 Напиток из шиповника 150 26,5 180 31,38		Хлеб ржаной	35	69,23	45	89,19
соң аш Кондитерское изделие (пряники) 35 128,1 35 128,1 Ужин Кичке аш сырники с повидлом 100/30 329 120/30 379,8 Напиток из шиповника 150 26,5 180 31,38	Йокыдан	Кисломолочный напиток (кефир)	150	83	180	90
Кичке аш сырники с повидлом 100/30 329 120/30 379,8 Напиток из шиповника 150 26,5 180 31,38		Кондитерское изделие (пряники)	35	128,1	35	128,1
		сырники с повидлом	100/30	329	120/30	379,8
1381.33 1605.		Напиток из шиповника	150	26,5	180	31,38
итого за день с 1-3 цена 135,49 руб; с 3-7 цена 170,64 руб.				1381,33		1605,97