**Меню 1 день**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда  Я С | |
|
|
|
| Вода питьевая на весь день 0,300 мл | | | |
| **Завтрак** | Каша вязкая с хлопьями овсяными «Геркулес» молочная сладкая с маслом | 180 | 200 |
| Бутерброд с сыром | 35/6 | 40/10 |
| Кофейный напиток с молоком,  с сахаром | 150 | 200 |
| **2 Завтрак** | Сок фруктовый | 150 | 180 |
|  | Салат из свежих огурцов и помидоров | 40 | 50 |
| **Обед** | Суп картофельный с зеленым горошком с мясом | 150 | 200 |
| Ежики мясные | 60 | 70 |
| Свекла тушеная | 130 | 140 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 50 |
| Компот из сухофруктов, сладкий | 150 | 200 |
| **Полдник** | Кефир  Кондитерские изделия | 100  10 | 150  25 |
| **Ужин** | Запеканка творожная с маслом | 140 | 150 |
| Сметанный соус | 30 | 30 |
| Батон пшеничный | 30 | 35 |
| Чай с сахаром | 150 | 200 |