

**ЗАВТРАК**

	Ж	У	Ккал
Каша ячневая молочная	165	5,65	6,08
Чай с сахаром	150/200	3,07/4,1	2,63/3,5
Батон нарезной	30	3,36	1,3
Масло сливочное (порционно)	5/5	0,04	3,63

2-ЗАВТРАК

Сок фруктовый	100/0	0,05	0
Компот из смеси сухофруктов	0/100	0,22	0
Печенье	14/14	1,03	1,54

ОБЕД

Салат из белокачанной капусты	30/50	0,63/1,05	1,35/2,25
Суп картофельный с крупой	150/180	1,33/1,6	1,78/2,14
Фрикадельки мясные с молочным соусом	75/95	7,7/9,75	7,6/9,63
Каша перловая рассыпчатая	110/130	3,27/3,86	0,65/0,77
Компот из свежих плодов (яблок)	150/180	0,12/0,14	0,12/0,14
Хлеб пшеничный витаминизированный	20/25	1,6/2	0,34/0,42
Хлеб пшенично - ржаной	25/30	2,81/3,3	0,45/0,54

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК

Омлет натуральный	130/154	11,5/13,27	20,58/23,75
Горошек зеленый консервированный (отварной)	15/15	0,45	0,9
Чай с сахаром	150/200	0,07/0,1	6,8/9,1
Хлеб пшеничный витаминизированный	20/25	1,6/2	0,34/0,42