

Меню - 5 день

Наименование блюда		Выход (гр)	Ккал	Замена по аллергии	Гр.
<b><i>Завтрак</i></b>					
1.	Каша пшеничная молочная	150	216,00	Каша пшеничная безмолочная	200
2.	Бутерброд с джемом	40	154,40	батон	35
3.	Кофейный напиток	150	72,90	Чай	180
<b><i>II завтрак</i></b>					
1.	Сок апельсиновый	100	56,50		
2.	Вафли	20	70,00		
<b><i>Обед</i></b>					
1.	Винегрет с растит маслом	30	33,60		
2.	Суп картофельный с фасолью и олениной	150	109,30		
3.	Говядина или оленина, тушеная с картофелем	180	253,6		
4.	Хлеб ржано-пшеничный	40	78,20		
5.	Компот из брусники	150	24,50		
	Вит «С» в 3-е блюдо	0,05мг			
<b><i>Полдник</i></b>					
1.	Ряженка	150	76,40	Чай	180
2.	Булочка дорожная	50	145,10		
<b><i>Ужин</i></b>					
1.	Куриные шашлычки	50	67,20		
2.	Кисель из смородины	150	37,90		
3.	Хлеб пшеничный	20	46,90		
4.	Картофельное пюре	120	116,70		
5.	Мандарин	95	33,30		