

Меню - 5 день

| Наименование блюда | | Выход (гр) | Ккал | Замена по аллергии | Гр. |
|--------------------------|---|---------------|--------|-----------------------------|-----|
| <i>Завтрак</i> | | | | | |
| 1. | Каша пшенная молочная | 200 | 288,00 | Каша пшенная безмолочная | 200 |
| 2. | Бутерброд с джемом | 40 | 154,40 | батон | 35 |
| 3. | Кофейный напиток | 180 | 82,00 | Чай | 180 |
| <i>II завтрак</i> | | | | | |
| 1. | Сок апельсиновый | 100 | 56,50 | | |
| 2. | Вафли | 20 | 70,00 | | |
| <i>Обед</i> | | | | | |
| 1. | Винегрет с растит маслом | 60 | 67,10 | | |
| 2. | Суп картофельный с фасолью и олениной | 200 | 281,70 | | |
| 3. | Говядина или оленина, тушеная с картофелем | 200 | 281,7 | | |
| 4. | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 78,20 | | |
| 5. | Компот из брусники | 180 | 29,40 | | |
| | Вит «С» в 3-е блюдо | 0,05мг | | | |
| <i>Полдник</i> | | | | | |
| 1. | Ряженка | 150 | 76,40 | Чай | 180 |
| 2. | Булочка дорожная | 100 | 290,20 | | |
| <i>Ужин</i> | | | | | |
| 1. | Куриные шашлычки | 80 | 107,60 | | |
| 2. | Кисель из смородины | 180 | 45,50 | | |
| 3. | Хлеб пшеничный | 20 | 46,90 | | |
| 4. | Картофельное пюре | 150 | 145,80 | | |
| 5. | Мандарин | 100 | 35,00 | | |