



## МЕНЮ

День: 10  
Дата: 20 декабря 2021 года

Наименование блюда	Грамм	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>		
Пудинг творожный	150\30	387,0
Чай с молоком	180	79,6
Бутерброд с сыром	45	133,2
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>		
Сок фруктовый	90	43,0
Фрукты свежие	95	64,3
<b>ОБЕД</b>		
Икра кабачковая	50	41,0
Суп из овощей	200	73,9
Сердце в соусе	80	176,23
Каша перловая рассыпчатая	100	139,5
Сок фруктовый	150	82,5
Хлеб столовый (ржано -пшеничный)	50	90,5
<b>ПОЛДНИК</b>		
Печенье	40	166,80
Кефир	200	100,0
<b>УЖИН</b>		
Сельдь с луком	100	283,2
Картофельное пюре	180	161,55
Чай сладкий с лимоном	180	54,74
Хлеб пшеничный	40	94,0