

# МПЕЛШО 20.09.2021г



| Наименование блюда<br><b>6 день</b> | Масса порции   | Калорийность порции |
|-------------------------------------|----------------|---------------------|
| <b>Завтрак</b>                      | <b>450/500</b> |                     |
| Каша молочная «Дружба»              | 150/180        | 158/165             |
| Бутерброд с повидлом                | 20/10-20/20    | 93/124              |
| Кофейный напиток                    | 170/180        | 113/125             |
| <b>II Завтрак</b>                   |                |                     |
| Сок                                 | 100/100        | 68/68               |
| <b>Обед</b>                         | <b>480/600</b> |                     |
| Салат из моркови                    | 30/50          | 26/40               |
| Суп с макаронами                    | 150/180        | 113/135             |
| Мясо тушеное с капустой             | 110/150        | 119/162             |
| Кисель                              | 150/150        | 59/59               |
| Хлеб                                | 40/70          | 43/64               |
| <b>Полдник</b>                      | <b>200/250</b> |                     |
| Вафли                               | 50/50          | 96/96               |
| Йогурт                              | 100/150        | 67/75               |
| Фрукты                              | 50/50          | 32/32               |

