

МЕНЮ (10 день )

18 апреля

	наименование блюда	грамм 1-3	ккал 1-3	грамм 3-7	ккал 3-7
Завтрак Иртэнге аш	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3	185,66	180/3	233,1
	Кофейный напиток с молоком	180/6	42,67	180/6	42,67
	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	25/5/10	132,83	30/5/10	145,10
2 завтрак 2 Иртэнге	Сок	125	52,77	180	76
Обед Төшке аш	Салат из свёклы отварной с маслом растительным	40	37,56	60	56,34
	Суп рисовый с мясными фрикадельками, со сметаной	150/10/5	72,05	180/10/5	79,6
	Котлеты рыбные с маслом сливочным	50/2	102,2	70/3	144,36
	Макароны с овощами	110	138,16	130	163,28
	Кисель	150	62,7	180	75,24
	Хлеб пшеничный			25	58,75
	Хлеб ржаной	35	69,3	45	89,1
Полдник Йоқылдан	Ряженка	150	76	180	91,8
	Булочка "Российская"	30	88,5	30	88,5
Ужин Кичке аш	Каша вязкая гречневая с мясом говядины и овощами	150	201,38	200	268,5
	Напиток из шиповника	150/5	52,5	180/6	79,38
	Хлеб пшеничный	20	47	30	70,5
			<b>1228,45</b>		<b>1617,12</b>
итого за день с 1-3 цена 125,81 руб. ; с 3-7 цена 158,45 руб.					