

## МЕНЮ

МЕНЮ					
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергитическая ценность, Ккал
		Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>					
Омлет натуральный	<b>150</b>	13,4	19,1	2,7	237,2
Горошек зеленый консервированный отварной	<b>50</b>	1,4	2,1	2,8	35,5
Чай с сахаром	<b>180</b>	0,1	0,0	13,9	56,0
Хлеб пшеничный	<b>25</b>	2,0	0,3	10,2	49,0
Хлеб ржано-пшеничный	<b>20</b>	1,0	0,1	9,8	42,8
<b>2 завтрак</b>					
Фрукты свежие (яблоки)	<b>100</b>	0,4	0,4	10,4	45,0
<b>Обед</b>					
Овощи натуральные соленые (огурцы)	<b>60</b>	0,5	0,1	1,4	8,0
Борщ с капустой и картофелем	<b>200</b>	1,4	3,1	6,2	59
Шницель мясной	<b>80</b>	11,9	9,9	15,6	198,8
Соус красный основной	<b>30</b>	0,4	0,7	2,9	19,9
Каша гречневая рассыпчатая	<b>150</b>	1,9	6,9	38,5	224,8
Сок фруктовый	<b>150</b>	1,5	0,15	2,8	18,7
Хлеб пшеничный	<b>30</b>	2,4	0,3	15,3	73,5
Хлеб ржано-пшеничный	<b>20</b>	1,0	0,1	9,8	42,8
<b>Полдник</b>					
Запеканка манная (рисовая) со свежими плодами	<b>100</b>	4,3	3,0	23,4	137,6
Кондитерское изделие (печенье сахарное)	<b>30</b>	1,9	4,0	20,6	127,4
Кондитерский напиток с молоком	<b>180</b>	2,5	0,0	17,8	81,5
	<b>1555</b>	<b>48,1</b>	<b>50,2</b>	<b>207,0</b>	<b>1476,1</b>