

Меню перспективное

день 13

Завтрак	Выход	Завтрак 2	выход	обед	выход	полдник	выход	ужин	выход	ужин 2	выход
Каша молочная	250/300	Банан	250	Суп из овощей на м/к	250/300	Сок	200	Картофельное	200/230	Кефир	200
гречневая				бульоне со сметаной		натуральный		шюре с маслом		Пряник	45
Бутерброд с маслом	100/15			Каша рисовая с маслом	150/200	печенье	30	Рыба запеченная	90/100		
Кофе с молоком	200			Гуляш	50/75			Хлеб пшени-ржан	50/50		
				Салат из сырых овощей	80/100			Хлеб пшени-ржан	/15		
				Чай	200			Кисель малина	200		
				Хлеб пшени-ржан	50/100						

день 14

Завтрак	выход	Завтрак	Выход	обед	выход	полдник	выход	ужин	выход	ужин 2	выход
Каша молочная	150/200	Яблоко	250	Суп картофельный на м/к	250/300	Молоко	200	Лапшевник с	150/200/10	Йогурт	200
кукурузная				бульоне со сметаной		Булочка	50	творогом с		питьевой	
Бутерброд с сыром	100/15/12			Каша перловая с маслом	150/200			маслом		Вафли	40
Какао с молоком	200			Мясо тушенное	80/100			Хлеб пшени- ржан	50/50/15		
				Салат овощной с яблоками	80/100			чай с молоком	200		
				Компот из с/ф	200						
				Хлеб пшени-ржан	50/100						

Подготовила диетсестра Дюсенова Г.К.