**Меню на 30.09.2021 г**

**ЗАВТРАК**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № тех. Карта и №рец. | Приём пищи, наименование блюда | Масса порц., г | Энерг. ценность, ккал. |
| 645 | Плов из птицы | 180 | 342,00 |
| 7 | Хлеб ржаной | 50 | 72,40 |
| 6/2 | Бутерброд с маслом | 55 | 394,35 |
| 42/368 | Кофейный напиток | 200 | 118,80 |
| 42/368 | Фрукты | 100 | 38,76 |

**ОБЕД**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № тех. Карта и № рец | Приём пищи, наименование блюда | | Масса порции, г | Энерг. ценность, ккал. |
| 217 | Суп овощной с фасолью на курином бульоне | | 250 | 174,30 |
| 645 | Плов из курицы | | 200 | 457,00 |
| 7 | | Хлеб ржаной | 50 | 72,4 | |
| 868 | Компот из сухофруктов | | 200 | 71,80 |