

## **Меню на 14.10.2021 г**

### **ЗАВТРАК**

№ тех. Карта и №рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порц., г	Энерг. ценнос ть, ккал.
645	Плов из птицы	180	342,00
7	Хлеб ржаной	50	72,40
6/2	Бутерброд с маслом	55	394,35
12/368	Чай с сахаром и лимоном	200	58,00
42/368	Фрукты	100	38,76
	Овощи порционные	60	52,90

### **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
9	Бутерброд с маслом	40	129,10