

## Меню на 10.03.2022 г

### **ЗАВТРАК**

№ тех. Карта и №рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порц., г	Энерг. ценнос ть, ккал.
90/379	Жаркое по Домашнему	150	214,34
7	Хлеб ржаной	50	72,40
	Выпечка	75	248,36
868	Компот из сухофруктов витаминиз.	200	71,80
47	Овощи порционные	50	48,30
42/368	Фрукты	100	52,90

### **ОБЕД**

№ тех. Карта и №рец	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции , г	Энерг. ценность , ккал.
170	Борщ с капустой на мясном бульоне со сметаной	250	163,5
90/379	Жаркое по Домашнему	200	313,55
7	Хлеб ржаной	40	72,40
7	Чай с сахаром	200	58,00
9/1	Бутерброд с маслом	30/10	129,10