

## Меню на 20.09.2022 г

### **ЗАВТРАК**

№ тех. Карта и №рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порц., г	Энерг. ценнос ть, ккал.
312	Пюре картофельное	150	265,03
11/229	Рыба тушёная с овощами	80	66,22
7	Чай с сахаром	200	58,00
	Фрукты	100	44,00
174/139	Выпечка	80	153,59
7	Хлеб ржаной	50	74,20

### **ОБЕД**

№ тех. Карта и № рец	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции , г	Энерг. Ценность , ккал.
197	Суп рассольник на мясном бульоне	250	230,90
309	Макароны отварные	180	504,77
34/437	Гуляш из говядины	100	156,90
7	Хлеб ржаной	50	72,4
12/685	Чай с сахаром	200	58,00
2/8	Бутерброд с маслом	30/10	129,10

