

## Меню на 21.10.2024 г

С 12 лет и старше

### **ЗАВТРАК**

№ тех. Карта и №рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порц., г	Энерг. ценнос ть, ккал.
4/297	Каша ассорти " Дружба"	150	214
12/685	Чай с сахаром	200	57
2\8	Хлеб пшеничный сыром	50	335
8	Хлеб Пшеничный	40	86
209	Яйцо варёное вкрутую	40	63
386	Йогурт	95	100

### **ОБЕД**

№ тех. Карта и №рец	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции , г	Энерг. Ценность , ккал.
<b>217</b>	<b>Суп вермишелевый на курином бульоне</b>	<b>250</b>	<b>174,30</b>
<b>637</b>	<b>Курица отварная с овощами</b>	<b>100</b>	<b>158,13</b>
<b>302</b>	<b>Греча отварная</b>	<b>180</b>	<b>1046,52</b>
<b>7</b>	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>100</b>	<b>181,0</b>
<b>454</b>	<b>Выпечка</b>	<b>80</b>	<b>159,60</b>
<b>125</b>	<b>Цикорий с молоком</b>	<b>200</b>	<b>100,6</b>

