

ДРУГИЙ ТИЖДЕНЬ

<p align="center">ПОНЕДІЛОК <u>СНІДАНОК</u></p> <p>1.Макарони відварні з маслом 200 1,00 2.Гуляш м'ясний з підливою 80 3,71 3.Чай 200 0,26</p> <p align="center"><u>ОБІД</u></p> <p>1.Борщ український з м'ясом 300 2,80 2.Каша круп'яна в'язка 200 0,65 3. Фрикадельки рибні смажені 100 4,48 3.Хліб білий 130 1,00 4. Овочі свіжі різані 50 1,00 5. Сік 100 0,75 6. Фрукти 40 1,32</p> <p>Всього: *16,97грн Харчова цінність: Б-40,3г Ж- 42,4г В- 150,4г Калорійність:1570,89 ккал</p>			<p align="center">ЧЕТВЕР <u>СНІДАНОК</u></p> <p>1,Лапшевник із сиру 150 2,94 кисломолочного з родзинками 2.Бутерброд з маслом 35 1,25 3.Молоко кип'ячене 200 1,38</p> <p align="center"><u>ОБІД</u></p> <p>1. Суп гороховий 300 2,35 2. Рагу з м'яса та овочів 250 5,50 3.Хліб білий 130 1,00 4. Овочі свіжі різані 50 1,00 5. Компот 200 1,00 6. Фрукти 10 0,55</p> <p>Всього: *16,97грн Харчова цінність: Б-54,5г Ж-87,9г В-169,7г Калорійність:1616,53 ккал</p>	
<p align="center">ВІВТОРОК <u>СНІДАНОК</u></p> <p>1. Каша круп'яна молочна рідка 250 1,09 2. Бутерброд з маслом та сиром 45 1,65 3.Какао з молоком 200 0,75</p> <p align="center"><u>ОБІД</u></p> <p>1. Борщ зелений 300 2,50 2.Каша круп'яна з маслом 200 1,50 3.Котлета м'ясна з підливою 80 4,74 4.Хліб білий 130 1,00 5. Компот 200 1,00 6. Овочі свіжі різані 50 1,00 7. Фрукти 50 2,74</p> <p>Всього: *16,97грн Харчова цінність: Б-37,6г Ж-32,2г В- 210,8г Калорійність:1594,81 ккал</p>			<p align="center">П'ЯТНИЦЯ <u>СНІДАНОК</u></p> <p>1. Каша манна молочна 250 2,00 2. Какао з молоком 200 0,75 3. Бутерброд з маслом та сиром 45 1,79</p> <p align="center"><u>ОБІД</u></p> <p>1. Суп круп'яний 300 2,00 2.Запиканка картопляна з відварним м'ясом 250 6,00 3.Хліб білий 130 1,00 4. Компот 200 1,00 5. Овочі свіжі різані 50 1,00 6. Фрукти 20 1,43</p> <p>Всього : *16,97грн Харчова цінність: Б-46,4г Ж-44,2г В- 159,2г Калорійність:1577,49 ккал</p>	
<p align="center">СЕРЕДА <u>СНІДАНОК</u></p> <p>1.Запиканка з сиру кисломолочного з родзинками 150 4,02 2. Кефір 200 1,38 3. Бутерброд з маслом 35 1,25</p> <p align="center"><u>ОБІД</u></p> <p>1.Суп круп'яний 300 1,86 2.Картопля відварна 200 1,50 3.Риба тушена з овочами 80 3,50 4.Хліб білий 130 1,00 5. Компот 200 1,00 6. Овочі свіжі різані 50 1,00 7. Фрукти 40 0,46</p> <p>Всього : *16,97грн Харчова цінність: Б-45,2г Ж- 32,2г В- 97,2г Калорійність:1569,93 ккал</p>			<p align="center">СУХПАЙОК</p> <p>1. Печиво 100 5,00 2. Сік 100 3,00 3. Фрукти 100 5,00 4. Сир твердий 30 3,97</p> <p>Всього: *16,97грн</p>	

Кухар _____ Н.П. Гаррай

Начальник табору _____ Л.М.Бабич