



## МЕНЮ № 5

	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>ЗАВТРАК</b>		
1. Каша молочная ячневая	200	195
2. Батон с маслом	56/5	141,12
3. Какао на цельном молоке	200	123,32
<b>ЗАВТРАК 2</b>		
Сок	125	46,25
<b>ОБЕД</b>		
1. Салат из моркови с курагой, изюмом	60	90,67
2. Борщ с мясом и сметаной	200	118,48
3. Макароны отварные	160	205,57
4. Печень по-строгановски	100	248,50
5. Кисель из свежих ягод	200	94
6. Хлеб ржаной	50	81,4
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		
Йогурт	154	79,5
1. Рыба, тушенная с овощами в томатном соусе	175	140,22
2. Рис отварной	180	232,95
3. Чай с лимоном	200	54
4. Мандарины	93	41,85
5. Кондитерское изделие	42	140,99
6. Хлеб пшеничный	40	89,6
<b>ИТОГО калорийность:</b>		<b>2132,26</b>