



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	
		Я	С
Вода питьевая на весь день 0,300 мл			
Завтрак:	Каша геркулесовая, жидкая, молочная сладкая со слив. маслом	150	200
	Бутерброд с маслом	15/4	20/5
	Кофейный напиток с молоком с сахаром	150	200
2 3-К:	фрукт	95	100
Обед:	Салат из моркови с кукурузой	40	60
	Суп «Уха»	150	200
	Суфле рыбное	60	70
	Рис отварной со слив. маслом	130	140
	Хлеб ржано-пшеничный	30	40
	Кисель из свежих ягод, сладкий	150	200
П-К:	Кефир	100	150
	Батон пшеничный	15	20
Ужин:	Суфле творожное со сладкой глазурью	140	150
	Чай, с сахаром	150	200