

## МЕНЮ НА 16 ЯНВАРЯ

<b>№</b>	<b>Наименование блюд</b>	<b>Выход в граммах</b>
<b><u>Завтрак</u></b>		
1	Каша овсяная молочная 1/200	200
2	Хлеб пшеничный с маслом 1/20/5	25
3	Кофейный напиток с молоком 1/180	180
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
1	Йогурт фруктовый питьевой 1/100	100
<b><u>Обед</u></b>		
1	Салат из отварной моркови с чесноком 1/50	50
2	Борщ со св. капустой и сметаной на бульоне 1/180	180
3	Бефстроганов из куриного филе 1/80	80
4	Гречка отварная с маслом 1/130	130
5	Напиток из шиповника 1/180	180
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20
7	Хлеб пшеничный 1/20	20
<b><u>Полдник</u></b>		
1	Омлет 1/120	120
2	Хлеб пшеничный 1/30	30
3	Чай заварной с сахаром 1/180	180