

## МЕНЮ НА 12 ЯНВАРЯ

№	Наименование блюд	Выход в граммах
<b><u>Завтрак</u></b>		
1	Каша овсяная молочная 1/200	200
2	Хлеб пшеничный с маслом 1/20/5	25
3	Чай заварной с шиповником 1/180	180
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
1	Фрукты свежие	100
<b><u>Обед</u></b>		
1	Салат из свежей капусты с морковью 1/50	50
2	Суп гороховый на бульоне 1/180	180
3	Гуляш из курицы 1/80	80
4	Картофель отварной с маслом 1/130	130
5	Компот из яблок 1/180	180
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20
7	Хлеб пшеничный 1/20	20
<b><u>Полдник</u></b>		
1	Оладьи с ягодным соусом 1/100/30	130
2	Чай заварной с сахаром 1/180	180