

**Среда (1 неделя)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **№тех.карты** | **выход** | **Ккал** |
| **тефтеля из нежирной свинины** | **423** | **80** | **190** |
| **каша гречневая со сл. маслом** | **255** | **150** | **193** |
| **Хлеб пшеничный** |  | **50** | **120** |
| **салат из свежей капусты** | **14** | **60** | **18** |
| **чай с сахаром** | **422** | **200г** | **105** |
| **Итого** |  |  | **626** |