

Меню на 5 октября

№	Завтрак	Выход			
		с 1 до 3	Ккал	с 3 до 7	Ккал
1	Масло сливочное порционное	7	46	10	66
2	Каша манная рисовая кедровая	150	119	200	158
3	Чай с сахаром	150	48	180	58
4	Бадом нарезной	35	91	35	91
5		<u>342</u>	<u>304</u>	<u>425</u>	<u>373</u>
Второй завтрак					
1					
Итого					
Обед					
1	Борщ с капустой и картофелем, с курей, со сметаной	180/14	183	200/16	180
2	Котлета рыбная	60	94	40	109
3	Картофельное пюре	120	102	150	128
4	Компот из свежих яблок	150	89	180	103
5	Хлеб пшеничный	35	74	40	84
Итого					
		559	522	656	604
Полдник					
1	Омлет натуральный	80	124	80	124
2	Чай с сахаром	150	48	180	58
3	Бадом нарезной	30	78	30	78
Итого					
		260	250	290	260
Итого за весь день					
		1161	1046	1371	1237