

Заведующий

Утверждаю

Т.П. Коренухина

Меню на 7 октября

№	Завтрак	Выход			
		с 1 до 3	Ккал	с 3 до 7	Ккал
1	Масло сливочное порционное	4	46	10	66
2	Каша молочная из хлопьев овсяная "Геркулес" нежирная	150	108	200	144
3	Чай с сахаром	150	48	180	58
4	Батон нарезной	40	104	40	104
5		<u>344</u>	<u>306</u>	<u>430</u>	<u>372</u>
Второй завтрак					
1	Сок фруктовый	200	92	200	92
Итого					
Обед					
1	Рассольник ленинградский со сметаной	150/5	151	200/8	204
2	Котлета рубленая из курицы	60	156	70	182
3	Картофель тушённый	120	145	150	182
4	Компот из свежих яблок	150	86	180	103
5	Хлеб тостовой	35	74	40	84
Итого					
		<u>515</u>	<u>612</u>	<u>640</u>	<u>755</u>
Полдник					
1	Сыр порционный	15	53	20	71
2	Кисель из концентрата	150	48	180	58
3	Батон нарезной	30	78	35	91
Итого					
		<u>195</u>	<u>179</u>	<u>235</u>	<u>220</u>
Итого за весь день					
		<u>1254</u>	<u>1189</u>	<u>1505</u>	<u>1439</u>