

Меню на 19 октября

№	Завтрак	Выход			
		с 1 до 3	Ккал	с 3 до 7	Ккал
1	Масло сливочное порционное	4	46	40	66
2	Каша манная зрелая	150	114	200	152
3	Чай с сахаром	150	48	180	58
4	Батон нарезной	40	104	40	104
5					
		<u>344</u>	<u>312</u>	<u>430</u>	<u>380</u>
Второй завтрак					
1					
Итого					
Обед					
1	Суп с макаронными изделиями, с курой	150/12	144	200/16	188
2	Биточки рыбные	60	94	40	109
3	Рагу овощное	120	115	150	144
4	Кисель из концентрата	150	48	180	58
5	Хлеб пшеничный	35	74	40	84
		<u>524</u>	<u>472</u>	<u>656</u>	<u>583</u>
Итого					
Полдник					
1	Вареники ленивые с маслом	100	204	120	248
2	Чай с сахаром	150	48	180	58
3	Батон нарезной	30	78	30	78
		<u>280</u>	<u>330</u>	<u>330</u>	<u>384</u>
Итого					
Итого за весь день					
		<u>1154</u>	<u>1117</u>	<u>1416</u>	<u>1347</u>