

Меню на 14 октября

№	Завтрак	Выход			
		с 1 до 3	Ккал	с 3 до 7	Ккал
1	Масло сливочное порционное	7	46	10	66
2	Сыр порционный	15	53	20	71
3	Каша молочная „Дружба“ жидкая 150	150	144	200	192
4	Чай с сахаром	150	48	180	58
5	Бадом нарезной	35	91	35	91
Второй завтрак		<u>357</u>	<u>382</u>	<u>445</u>	<u>478</u>
1	Сок фруктовый	200	92	200	92
Итого					
Обед					
1	Шни из свежей капусты со сметаной, с мясом	150/12 5	95	200/16 6	126
2	Запеканка картофельная с мясом	150	252	180	302
3	Соус красный основной	30	19	30	19
4	Кашпот из смеси супорудков	150	98	180	117
5	Хлеб ржаной	35	74	40	84
Итого		<u>527</u>	<u>538</u>	<u>646</u>	<u>648</u>
Полдник					
1	Молоко кипячёное	160	91	190	108
2	Печенье	40	181	60	272
3					
Итого		<u>200</u>	<u>272</u>	<u>250</u>	<u>380</u>
Итого за весь день		<u>1284</u>	<u>1284</u>	<u>1541</u>	<u>1598</u>