

Меню на 18 октября

№	Завтрак	Выход			
		с 1 до 3	Ккал	с 3 до 7	Ккал
1	Масло сливочное порционное	7	46	90	66
2	Каша манная пшеничная жидкая	150	120	200	160
3	Чай с сахаром	150	48	180	58
4	Хлеб пшеничный	45	117	45	117
5		<u>352</u>	<u>331</u>	<u>435</u>	<u>401</u>
Второй завтрак					
1					
Итого					
Обед					
1	Суп картофельный с рыбными консервами	150/18	78	200/20	104
2	Щи из обварной говядины	30/30	104	35/35	125
3	Каша гречневая рассыпчатая	110	148	130	211
4	Компот из сухофруктов	150	98	180	117
5	Хлеб пшеничный	35	117	40	84
Итого					
		523	535	640	641
Полдник					
1	Вареники из творога с манной кашей	40/20	175/168	80/25	200/185
2	Чай с сахаром	150	48	180	58
3	Батон нарезной	45	117	45	117
Итого					
		<u>285</u>	<u>408</u>	<u>330</u>	<u>460</u>
Итого за весь день					
		<u>1160</u>	<u>1274</u>	<u>1405</u>	<u>1502</u>