



Утверждаю
Т.П. Коренухина

Меню на 16 марта

№	Завтрак	Выход			
		с 1 до 3	Ккал	с 3 до 7	Ккал
1	Масло слив. перемолотное	7	46	10	66
2	Каша молочная кукурузная	150	120	200	160
3	Чай с сахаром	150	48	180	58
4	Бадом нарезной	40	104	40	104
5					
Итого		347	318	430	388
Второй завтрак					
1					
Обед					
1	Суп с макаронными изделиями	150/12	95	200/16	127
2	Рагу овощное с мясом	150	182	180	218
3	Компот из сухофруктов	150	98	180	117
4	Хлеб пшеничный	35	74	40	84
5					
6					
Итого		497	449	686	546
Полдник					
1	Яйцо варёное	40	63	40	63
2	Чай с сахаром	150	48	180	58
3	Бадом нарезной	35	91	35	91
4					
Итого		225	202	255	212
Итого за весь день		1069	969	1301	1146