



Меню на 19.07.2023

№	Завтрак	Выход			
		с 1 до 3	Ккал	с 3 до 7	Ккал
1	Масло сливочное порционное	7	46	10	66
2	Каша молочная пшенная	150	144	200	192
3	Какао на молоке	150	48	180	57,6
4	Батон нарезной	40	104	40	104
5					
Итого		347	342	430	419,6
Второй завтрак					
Обед					
1	Борщ с мясом, со сметаной	150/9/ 12	123	200/9/ 16	158
2	Котлета рыбная	70	109	70	109
3	Пюре картофельное	120	147,6	150	184,5
4	Компот из смеси сухофруктов	150	97,5	150	117
5	Хлеб ржаной	35	73,5	40	84
6					
Итого		546	550,6	635	652,5
Полдник					
1	Сырники из творога с молоком сгущенным	80	200	80	200
2	Чай с сахаром	150	118,5	180	142,2
3	Батон нарезной	40	104	40	104
4					
Итого		270	422,5	300	446,2
Итого за весь день		1163	1315,1	1365	1518,3