



Утверждаю
Т.П. Коренухина

Меню на 28 марта

№	Завтрак	Выход			
		с 1 до 3	Ккал	с 3 до 7	Ккал
1	Масло слив. порционное	7	46	10	66
2	Каша манная	150	120	200	160
3	Чай с сахаром	150	48	180	58
4	Батон нарезной	40	104	40	104
Итого		347	318	430	388
Второй завтрак					
1					
Обед					
1	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150/15	48	200/20	104
2	Гуляш из отварной говядины	60	104	40	125
3	Каша гречневая рассыпчатая	140	178	130	211
4	Компот из смеси сухофруктов	150	98	180	117
5	Хлеб пшеничный	35	74	40	84
6					
Итого		520	535	640	641
Полдник					
1	Сырники из творога с рисом	80/15	200/33	80/15	200/33
2	Чай с сахаром	150	48	180	58
3	Батон нарезной	40	104	40	104
4					
Итого		285	385	315	395
Итого за весь день		1152	1238	1385	1424