

УТВЕРЖДАЮ
 Директор 



Меню на 19.06.2018г.

ДЕНЬ ТРЕТИЙ	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность (ккал)
ЗАВТРАК					
1. Каша молочная из хлопьев овсяных «Геркулес» с маслом сливочным	200/5	8,63	9,52	38,82	266,21
2. Бутерброд с сыром	30/5/15	5,8	9,01	15,47	163,7
3. Какао с молоком	200	3,77	3,9	25,78	147,72
4. Банан	200	0,6		16,05	70,5
ИТОГО	630/10/15	18,8	22,43	118,55	648,13
ОБЕД					
1. Суп рыбный из консервов	200/25	7,65	13,50	22,24	235,86
2. Птица отварная	100	17,6	12,3	0,04	183,0
3. Пюре картофельное	200	4,28	4,34	40,15	207,75
4. Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	100	1,55	5,0	10,69	92,22
5. Сок	200			11,2	45,0
6. Хлеб ржаной	60	3,54	0,66	26,7	130,2
7. Яблоко	200	0,6		16,95	76,5
ИТОГО	960/25	35,22	35,8	127,97	970,53
ВСЕГО	1590/35/15	56,26	58,23	246,52	1618,66