

Меню 09 ноября 2011 года

	Наименование блюд	Выход блюд			
		В грамм.		В калориях	
		всего	сод	всего	сод
Завтрак	Каша гречневая с маслом	180	450	102,7	186,7
	Сырники с маслом	90	80	109,1	102,5
	Чай с сахаром	180	100	10,5	10,9
	Яблоко				
Обед	Суп картофельный с морковью	90	80	15,4	11,9
	Сырники с сахаром	150	130	102,5	104,1
	Картофель тушеный	150	100	121,36	101,05
	Молоко сладкое	150	180	61,9	61,1
	Водяной чай	10/15	30/15	15,7/30,3	10,6/30,3
	Фасоль	15	50	11,1	101,1
	Молоко сладкое	150	100	21,5	10,0
Ужин	Каша овсяная	60	80	31,9	31,9
	Компот фруктов	60	70	91,7	13,1
	Каша гречневая	140	130	101,1	105,5
	Чай с сахаром	140/15	130/15	11,1	11,1
	Фрукты свежие	40	40	33,1	35,1