



Карасиков А.Н.

Меню на 14 декабря 2022г.

Завтрак:	7-11 лет		11-18 лет	
	вес	к/кал	вес	к/кал
Каша из пшеницы	100	415,41	100	405,84
Молоко с сахаром	200	40	200	40
Яблоко	40	93,52	40	93,52
Молоко обезжиренное	40	65,72	40	65,72
Обед:				
Суп из овощей	80	4,2	80	4,2
Суп из овощей	200	114,15	200	137,3
Картофель отварной	80/20	178,13	80/20	178,13
Макаронная смесь	80	168,45	175	186,5
Молоко с сахаром	200	40	200	40
Молоко, ржаное	19/65	184,7	19/65	184,7
Полдник:				
Чай с сахаром	200	40		
Молоко	20	82,9		
		1237,56		1149,6