



Карасиков А.Н.

Меню на 16 сентября 2011 г.

Завтрак:	7-11 лет		11-18 лет	
	вес	к/кал	вес	к/кал
Каша с макушатником	130	205,84	160	205,84
чай с сахаром	200	40	200	40
Рис с макушатником	40	93,52	40	93,52
масло сливочное	10	65,72	10	65,72
Обед:				
Суп с овощами	100	7,2	100	7,2
Вареное мясо с картофелем	200/250	123,45	200/300	128,08
Каша с макушатником	150	243,45	175	300,14
чай с сахаром	80/80	33,9	80/80	33,9
Рис с макушатником	200	40	200	40
Полдник:	19/15	187,55	19/63	187,55
чай с сахаром	200	40		
масло	20	82,9		