



Карасиков А.Н.

Меню на 28 сентября 2022.

Завтрак:	7-11 лет		11-18 лет	
	вес	к/кал	вес	к/кал
Саша мюсли, фрукты	200	83,4	250	220,25
Саш с сахаром	200	40	200	40
Мед мюслинент	40	93,5	40	93,5
масло сливочное	10	65,72	10	65,72
Обед:				
Саша свинина	100	7,2	100	7,2
Саш картофель с мяс.	250	90,88	300	108,8
Макарон отварн. с соус	150	168,45	175	196,52
Супчик из кури	80	228,0	80	228,0
Саш с сахаром	200	40	200	40
Рис с мясом, ржан	190,5	187,5	190,5	187,5
Полдник:				
Саш с сахаром	200	40		
Мед	20	87,9		