



[Handwritten signature]

Карасиков А.Н.

Меню на 10 дней 2022 г.

Завтрак:	7-11 лет		11-18 лет	
	вес	к/кал	вес	к/кал
1. каша овсяная, фрукты	200	183,4	200	229,85
2. салат с капустой	200	40	200	40
3. вино тушеное с луком	40	93,52	40	93,52
4. медово-ореховый	10	65,72	10	65,72
Обед:				
1. суп картофельный с мясом	60	7,2	60	7,2
2. салат овощной	250	58,31	250	139,25
3. картофель тушеный с луком	80	176	80	176
4. каша овсяная с яблоком	150	213,95	150	254,37
5. салат овощной	200	40	200	40
Полдник: чай с сахаром, фрукты	10/13	187,55	10/13	187,55
6. салат овощной	200	40		
7. салат овощной	200	22,9		