



Утверждаю  
Директор

Ф.А. Тимажева

Меню на 03.07.2013

ДЕНЬ ПЕРВЫЙ	Выход.	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>					
1. Каша манная молочная вязкая с маслом сливочным	200/5	7,83	7,08	42,2	253,33
2. Бутерброд с сыром	30/16	5,8	11,26	19,34	204,62
3. Какао с молоком	200	3,77	3,9	25,78	147,72
4. Яблоко	200	0,6		16,95	76,5
<b>ИТОГО</b>	<b>630/5/20</b>	<b>18,0</b>	<b>22,24</b>	<b>104,27</b>	<b>682,17</b>
<b>ОБЕД</b>					
1. Салат из свежей помидоры с растительным маслом	100	1,12	9,99	2,16	101,10
2. Суп рыбный из консервов	200/25	7,65	13,50	22,24	235,86
3. Гуляш мясной	75	19,72	17,89	4,76	168,20
4. Рис отварной с маслом сливочным	200/5	5,28	4,07	57,13	299,35
5. Чай с сахаром	200	0,2	-----	15,04	57,19
6. Хлеб ржаной	60	3,54	0,66	26,7	130,2
7. Конфеты шоколадные	25	-	-	-	-
<b>ИТОГО</b>	<b>860/30</b>	<b>37,51</b>	<b>46,11</b>	<b>128,03</b>	<b>991,9</b>
<b>Всего</b>	<b>1490/35/20</b>	<b>55,51</b>	<b>68,35</b>	<b>232,3</b>	<b>1674,6</b>