

МЕНЮ на «10» марта 2015 г.

Завтрак

		если	/	сид
1	Каша молочная кукурузная с маслом	150/4		180/5
2	Батон с маслом	20/4		30/5
3	Чай с сахаром	180		200

2 завтрак – сок 100гр

Обед

		если	/	сид
1	Салат из свежей капусты с морковью/Соленый огурец долькой	30		50
2	Суп гороховый с гренками	150		180
3	Гуляш из мяса	100		100
4	Картофельное пюре	110		130
5	Компот из с/фр+ витамин «С»	150		180
6	Хлеб пшеничный	20		20
7	Хлеб ржаной	40		50

Полдник

		если	/	сид
1	Молоко	180		200
2	Кондитерское изделие	20		50

Ужин

		если	/	сид
1	Запеканка из печени с рисом	160		200
2				
3	Какао с молоком	150		180
4	Хлеб пшеничный	20		30

Белки: 38.72/38.52 51.22/50.92

Жиры: 43.8/41.46 54.6/50.7

Углеводы: 219.63/217.53 287.04/283.94

Энергетическая ценность: 1353/1324 1742/16.95

Итого:



187р. 40к
Лилия