

# Меню

## 12 сентября

### Завтрак (младшие)

	выход		белки	жиры	Угл-ды	ккал
Огурец свежий	100		0,4	0,04	9,8	47
Каша вязкая гречневая с маслом сливочным	150/3		4,65	3,76	20,91	132,8
Сосиски отварные	100		10,8	8,4	16,64	201,4
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	10	40
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
<b>Итого</b>		<b>68,45</b>	<b>20,08</b>	<b>18,97</b>	<b>83,16</b>	<b>558,4</b>

### Обед (старшие)

	выход		белки	жиры	Угл-ды	ккал
Огурец свежий	100		0,4	0,4	9,8	47
Каша вязкая гречневая с маслом сливочным	180/5		5,54	9,63	24,69	208
Сосиски отварные	100		10,8	8,4	16,64	201,4
Чай с сахаром	200		0,07	0,02	10	40
Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	7,92	39,6
Хлеб пшеничный	20		1,32	0,16	9,84	47
<b>Итого</b>		<b>55,9</b>	<b>23,01</b>	<b>21,96</b>	<b>98,4</b>	<b>651,6</b>

Директор

Шеф повар

