

Меню САД 1 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

Завтрак

1.52	4.7	10.32	90	.020/005	Бутерброд с маслом	7-03
4.31	7.82	16.91	158	.150	Каша жидкая молочная	12-89
0.24	0.06	6.52	26	.180	Чай с лимоном и сахаром	2-98
6	13	34	274			22-90

завтрак2

0.11	0	9.71	38	.100	Напиток из смеси	1-23
0	0	10	38			1-23

Обед

0.95	4.45	3.85	59	.050	Икра кабачковая	12-13
1.34	3.79	8.38	72	.180/005	Суп из овощей со	7-44
3.56	4.11	23.74	149	.100	Макаронные изделия	5-52
9.17	3.69	7.15	113	.050	Шницель куриный п/ф	21-15
0.94	0	18.15	73	.180	Компот из кураги	4-73
1.42	0.2	9.22	45	.020	Хлеб " Урожайный"	1-25
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-53
0.25	0.62	1.93	14	.030	Соус красный основной	0-70
19	17	82	571			54-45

Полдник

4.02	2.91	29.4	162	.050	Сдоба Обыкновенная	3-73
4.2	4.8	6.15	88	.150	Кефир	17-09
8	8	36	250			20-82

Ужин

3.35	7.02	20.17	151	.150	Гарнир сложный(капуста	14-54
0.19	0.05	6.39	24	.180	Чай с смородиной и	7-99
0.71	0.1	4.61	22	.020	Хлеб " Урожайный"	1-25
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-53
6	7	41	243			25-31

Руководитель

Калькулятор

Голышкова Н.Н.

Першина_ЕГ



Меню ЯСЛИ 1 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

Завтрак

1.52	4.7	10.32	90	.020/002	Бутерброд с маслом	4-61
4.31	7.82	16.91	158	.130	Каша жидкая молочная	11-17
0.24	0.06	6.52	26	.150	Чай с лимоном и сахаром	2-48
6	13	34	274			18-26

завтрак2

0.11	0	9.71	38	.100	Напиток из смеси	1-23
0	0	10	38			1-23

Обед

0.95	4.45	3.85	59	.030	Икра кабачковая	7-28
1.34	3.79	8.38	72	.150/005	Суп из овощей со	6-45
3.56	4.11	23.74	149	.100	Макаронные изделия	5-52
9.17	3.69	7.15	113	.050	Шницель куриный п/ф	21-15
0.94	0	18.15	73	.150	Компот из кураги	3-94
1.42	0.2	9.22	45	.010	Хлеб " Урожайный"	0-63
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-53
0.25	0.62	1.93	14	.020	Соус красный основной	0-47
19	17	82	571			46-97

Полдник

4.02	2.91	29.4	162	.050	Сдоба Обыкновенная	3-73
4.2	4.8	6.15	88	.100	Кефир	11-40
8	8	36	250			15-13

Ужин

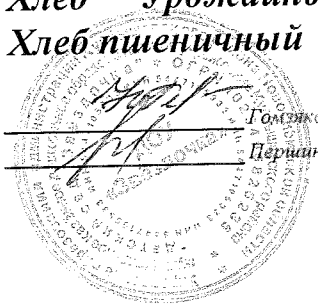
3.35	7.02	20.17	151	.150	Гарнир сложный(капуста	14-54
0.19	0.05	6.39	24	.150	Чай с смородиной и	6-66
0.71	0.1	4.61	22	.010	Хлеб " Урожайный"	0-63
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-53
6	7	41	243			23-36

Руководитель

Калькулятор

Гомзякова Н.Н.

Першина Е.Г.



Меню ОБЗ 1 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

Завтрак

4.31	7.82	16.91	158	.150	Каша жидкая молочная	12-89
0.24	0.06	6.52	26	.180	Чай с лимоном и сахаром	2-98
1.52	4.7	10.32	90	.020/010	Бутерброд с маслом	11-06
6	13	34	274			26-93

завтрак2

0.11	0	9.71	38	.100	Напиток из смеси	1-23
0	0	10	38			1-23

Обед

0.95	4.45	3.85	59	.050	Икра кабачковая	12-13
1.34	3.79	8.38	72	.180/5/20	Суп из овощей со	28-61
3.56	4.11	23.74	149	.120	Макаронные изделия	6-62
9.17	3.69	7.15	113	.050	Шницель куриный п/ф	21-15
0.94	0	18.15	73	.180	Компот из кураги	4-73
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-53
1.42	0.2	9.22	45	.020	Хлеб " Урожайный"	1-25
0.25	0.62	1.93	14	.030	Соус красный основной	0-70
19	17	82	571			76-72

Полдник

4.02	2.91	29.4	162	.050	Сдоба Обыкновенная	3-73
4.2	4.8	6.15	88	.200	Кефир	22-79
8	8	36	250			26-52

Ужин

3.35	7.02	20.17	151	.150	Гарнир сложный(капуста	14-54
0.19	0.05	6.39	24	.180	Чай с смородиной и	7-99
0.71	0.1	4.61	22	.020	Хлеб " Урожайный"	1-25
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-53
7.2	9.2	59.2	328	.080/1шт.	Печенье бонди	43=
13	17	100	571			68-31

Руководитель

Калькулятор

Гомзякова Н.Н.

Перицина Е.Г.