

**Меню ЯСЛИ 9 день**

| Пищевая ценность |      |         |      | Выход    | Наименование блюда      | Стоимость |
|------------------|------|---------|------|----------|-------------------------|-----------|
| Белки            | Жиры | Углевод | ККал |          |                         | питания   |
| <u>Завтрак</u>   |      |         |      |          |                         |           |
| 1.52             | 4.7  | 10.32   | 90   | .020/005 | Бутерброд с маслом      | 7-03      |
| 1.44             | 1.49 | 8.44    | 50   | .150     | Чай с молоком           | 4-49      |
| 0.5              | 1.15 | 3.27    | 26   | .020     | Соус молочный сладкий   | 2-32      |
| 11.01            | 11.5 | 14.03   | 199  | .190     | Суфле твороженое        | 25-54     |
| 14               | 19   | 36      | 365  |          |                         | 39-38     |
| <u>завтрак2</u>  |      |         |      |          |                         |           |
| 0                | 0    | 9.98    | 38   | .100     | Напиток из              | 7-38      |
| 0                | 0    | 10      | 38   |          |                         | 7-38      |
| <u>Обед</u>      |      |         |      |          |                         |           |
| 0.91             | 4.04 | 5.26    | 61   | .030     | Икра морковная          | 3-18      |
| 1.43             | 5.23 | 10      | 91   | .150/005 | Борщ с                  | 6-39      |
| 5.82             | 5.26 | 28.6    | 188  | .100     | Каша гречневая          | 6-51      |
| 6.72             | 4.96 | 2.37    | 92   | .050     | Курица тушенная с       | 13-89     |
| 0.49             | 0    | 16.32   | 69   | .150     | Компот из смеси         | 2-74      |
| 1.42             | 0.2  | 9.22    | 45   | .010     | Хлеб " Урожайный"       | 0-63      |
| 1.52             | 0.18 | 9.68    | 46   | .020     | Хлеб пшеничный          | 1-53      |
| 18               | 20   | 81      | 592  |          |                         | 34-87     |
| <u>Полдник</u>   |      |         |      |          |                         |           |
| 3.68             | 7.93 | 31.02   | 210  | .050     | Булочка Домашняя        | 3-96      |
| 4.2              | 4.8  | 6.15    | 88   | .100     | Кефир                   | 11-40     |
| 8                | 13   | 37      | 298  |          |                         | 15-36     |
| <u>Ужин</u>      |      |         |      |          |                         |           |
| 10.4             | 5.12 | 51.66   | 308  | .130     | Каша "Дружба"           | 10-36     |
| 0.18             | 0.08 | 6.74    | 29   | .150     | Чай с яблоком и сахаром | 2-82      |
| 1.52             | 0.18 | 9.68    | 46   | .020     | Хлеб пшеничный          | 1-53      |
| 0.71             | 0.1  | 4.61    | 22   | .010     | Хлеб " Урожайный"       | 0-63      |
| 13               | 5    | 73      | 405  |          |                         | 15-34     |

Руководитель

Калькулятор

Гомзякова Н.Н.

Першина Е.Г.



**Меню САД 9 день**

| Пищевая ценность |      |         |      | Выход    | Наименование блюда      | Стоимость |
|------------------|------|---------|------|----------|-------------------------|-----------|
| Белки            | Жиры | Углевод | ККал |          |                         | питания   |
| <u>Завтрак</u>   |      |         |      |          |                         |           |
| 1.52             | 4.7  | 10.32   | 90   | .020/005 | Бутерброд с маслом      | 7-03      |
| 1.44             | 1.49 | 8.44    | 50   | .180     | Чай с молоком           | 5-38      |
| 0.5              | 1.15 | 3.27    | 26   | .030     | Соус молочный сладкий   | 3-48      |
| 11.01            | 11.5 | 14.03   | 199  | .100     | Суфле твороженое        | 25-54     |
| 14               | 19   | 36      | 365  |          |                         | 41-43     |
| <u>завтрак2</u>  |      |         |      |          |                         |           |
| 0                | 0    | 9.98    | 38   | .100     | Напиток из              | 7-38      |
| 0                | 0    | 10      | 38   |          |                         | 7-38      |
| <u>Обед</u>      |      |         |      |          |                         |           |
| 0.91             | 4.04 | 5.26    | 61   | .050     | Икра морковная          | 5-30      |
| 1.43             | 5.23 | 10      | 91   | .180/005 | Борщ с                  | 7-37      |
| 5.82             | 5.26 | 28.6    | 188  | .100     | Каша гречневая          | 6-51      |
| 6.72             | 4.96 | 2.37    | 92   | .050     | Курица тушенная с       | 13-89     |
| 0.49             | 0    | 16.32   | 69   | .180     | Компот из смеси         | 3-29      |
| 1.42             | 0.2  | 9.22    | 45   | .020     | Хлеб " Урожайный"       | 1-25      |
| 1.52             | 0.18 | 9.68    | 46   | .020     | Хлеб пшеничный          | 1-53      |
| 18               | 20   | 81      | 592  |          |                         | 39-14     |
| <u>Полдник</u>   |      |         |      |          |                         |           |
| 3.66             | 7.93 | 31.02   | 210  | .050     | Булочка Домашняя        | 3-96      |
| 4.2              | 4.8  | 6.15    | 88   | .150     | Кефир                   | 17-09     |
| 8                | 13   | 37      | 298  |          |                         | 21-05     |
| <u>Ужин</u>      |      |         |      |          |                         |           |
| 10.4             | 5.12 | 51.66   | 308  | .150     | Каша "Дружба"           | 11-96     |
| 0.18             | 0.08 | 6.74    | 29   | .180     | Чай с яблоком и сахаром | 3-39      |
| 1.52             | 0.18 | 9.68    | 46   | .020     | Хлеб пшеничный          | 1-53      |
| 0.71             | 0.1  | 4.61    | 22   | .020     | Хлеб " Урожайный"       | 1-25      |
| 13               | 5    | 73      | 405  |          |                         | 18-13     |

Руководитель

Калькулятор

Гамзякова Н.Н.

Першина Е.Г.



**Меню ОВЗ 9 день**

| Пищевая ценность |      |         |      | Выход | Наименование блюда | Стоимость питания |
|------------------|------|---------|------|-------|--------------------|-------------------|
| Белки            | Жиры | Углевод | Ккал |       |                    |                   |

Завтрак

|       |      |       |     |          |                       |       |
|-------|------|-------|-----|----------|-----------------------|-------|
| 1.52  | 4.7  | 10.32 | 90  | .020/010 | Бутерброд с маслом    | 11-06 |
| 1.44  | 1.49 | 8.44  | 50  | .180     | Чай с молоком         | 5-38  |
| 0.5   | 1.15 | 3.27  | 26  | .030     | Соус молочный сладкий | 3-48  |
| 11.01 | 11.5 | 14.03 | 199 | .150     | Суфле твороженое      | 38-31 |
| 14    | 19   | 36    | 365 |          |                       | 58-23 |

завтрак2

|      |      |       |    |      |        |       |
|------|------|-------|----|------|--------|-------|
| 0.68 | 0.68 | 16.66 | 76 | .180 | Яблоко | 33-13 |
| 1    | 1    | 17    | 76 |      |        | 33-13 |

Обед

|      |      |       |     |           |                   |       |
|------|------|-------|-----|-----------|-------------------|-------|
| 0.91 | 4.04 | 5.26  | 61  | .050      | Икра морковная    | 5-30  |
| 4.69 | 8.27 | 10.16 | 132 | .180/5/20 | Борщ с            | 28-54 |
| 5.82 | 5.26 | 28.6  | 188 | .120      | Каша гречневая    | 7-82  |
| 6.72 | 4.96 | 2.37  | 92  | .070      | Курица тушеная с  | 19-44 |
| 0.49 | 0    | 16.32 | 69  | .180      | Компот из смеси   | 3-29  |
| 1.42 | 0.2  | 9.22  | 45  | .020      | Хлеб " Урожайный" | 1-25  |
| 1.52 | 0.18 | 9.68  | 46  | .020      | Хлеб пшеничный    | 1-53  |
| 22   | 23   | 82    | 633 |           |                   | 67-17 |

Полдник

|      |      |       |     |      |                  |       |
|------|------|-------|-----|------|------------------|-------|
| 3.68 | 7.93 | 31.02 | 210 | .050 | Булочка Домашняя | 3-96  |
| 4.2  | 4.8  | 6.15  | 88  | .200 | Кефир            | 22-79 |
| 8    | 13   | 37    | 298 |      |                  | 26-75 |

Ужин

|      |      |       |     |      |                         |       |
|------|------|-------|-----|------|-------------------------|-------|
| 10.4 | 5.12 | 51.66 | 308 | .150 | Каша "Дружба"           | 11-96 |
| 0.18 | 0.08 | 6.74  | 29  | .180 | Чай с яблоком и сахаром | 3-39  |
| 1.52 | 0.18 | 9.68  | 46  | .020 | Хлеб пшеничный          | 1-53  |
| 0.71 | 0.1  | 4.61  | 22  | .020 | Хлеб " Урожайный"       | 1-25  |
| 13   | 5    | 73    | 405 |      |                         | 18-13 |

Руководитель

Калькулятор

Гомзякова Н.Н.

Першина Е.Г.

