

Меню САД 6 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
7.17	10.7	2.15	132	.100	Омлет натуральный	16-11
1.44	1.49	8.44	50	.180	Чай с молоком	5-38
10	17	21	272			28-52

завтрак2

0	0	9.98	38	.100	Напиток из	7-38
0	0	10	38			7-38

Обед

0.73	5.05	3.29	61	.050	Салат "Здоровье"	5-27
2.58	5.01	18.94	135	.180	Суп картофельный с	4-48
2.81	4.45	19.99	133	.100	Каша перловая	5-59
4.65	11.13	4.53	136	.050	Биточки по Московски	32-54
0.49	0	16.32	69	.180	Компот из смеси	3-29
0.24	1.52	1.91	22	.030	Соус томатный	0-80
1.42	0.2	9.22	45	.020	Хлеб "Урожайный"	1-25
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-53
14	28	84	647			54-75

Полдник

4.38	1.18	37.2	169	.050	Булочка Школьная	3-78
5.04	5.76	8.46	104	.150	Молоко кипяченое	14-88
9	7	46	273			18-66

Ужин

6.53	9.93	30.97	240	.150	Каша жидкая молочная	15-69
0.27	0	15.14	59	.180	Компот из изюма	4-21
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-53
0.71	0.1	4.61	22	.020	Хлеб "Урожайный"	1-25
9	10	60	367			22-68

Руководитель

Калькулятор

Гомзякова Н.Н.

Першина Е.Г.



Меню ЯСЛИ 6 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
7.17	10.7	2.15	132	.080	Омлет натуральный	12-89
1.44	1.49	8.44	50	.150	Чай с молоком	4-49
10	17	21	272			24-41

завтрак2

0	0	9.98	38	.100	Напиток из	7-38
0	0	10	38			7-38

Обед

0.73	5.05	3.29	61	.030	Салат "Здоровье"	3-16
2.58	5.01	18.94	135	.150	Суп картофельный с	3-73
0.02	4.12	0.04	37	.100	Каша ячневая	5-31
4.65	11.13	4.53	136	.050	Биточки по Московски	32-54
0.49	0	16.32	69	.150	Компот из смеси	2-74
0.24	1.52	1.91	22	.020	Соус томатный	0-53
1.42	0.2	9.22	45	.010	Хлеб "Урожайный"	0-63
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-53
12	27	64	551			50-17

Полдник

4.38	1.18	37.2	169	.050	Булочка Школьная	3-78
5.04	5.76	8.46	104	.100	Молоко кипяченое	9-92
9	7	46	273			13-70

Ужин

6.53	9.93	30.97	240	.130	Каша жидкая молочная	13-60
0.27	0	15.14	59	.150	Компот из изюма	3-51
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-53
0.71	0.1	4.61	22	.010	Хлеб "Урожайный"	0-63
9	10	60	367			19-27

Руководитель

Калькулятор

Гомзякова Н.Н.

Першина Е.Г.



Меню ОБЗ 6 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

Завтрак

7.17	10.7	2.15	132	.150	Омлет натуральный	24-16
1.44	1.49	8.44	50	.180	Чай с молоком	5-38
1.52	4.7	10.32	90	.020/010	Бутерброд с маслом	11-06
10	17	21	272			40-60

завтрак2

1	0	18.2	76	.200/1шт.	Сок фркутовый	30=
1	0	18	76			30=

Обед

0.73	5.05	3.29	61	.050	Салат "Здоровье"	5-27
2.58	5.01	18.94	135	.180/20	Суп картоф. с крупой	25-65
2.81	4.45	19.99	133	.120	Каша перловая	6-71
4.65	11.13	4.53	136	.050	Биточки по Московски	32-54
0.49	0	16.32	69	.180	Компот из смеси	3-29
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-53
1.42	0.2	9.22	45	.020	Хлеб "Урожайный"	1-25
0.24	1.52	1.91	22	.030	Соус томатный	0-80
14	28	84	647			77-04

Полдник

4.38	1.18	37.2	169	.050	Булочка Школьная	3-78
5.04	5.76	8.46	104	.200	Молоко кипяченое	19-84
9	7	46	273			23-62

Ужин

6.53	9.93	30.97	240	.150	Каша жидкая молочная	15-69
0.27	0	15.14	59	.180	Компот из изюма	4-21
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-53
0.71	0.1	4.61	22	.020	Хлеб "Урожайный"	1-25
7.2	9.2	59.2	328	.080/1шт.	Печенье бонди	43=
16	19	120	695			65-68

Руководитель

Калькулятор

Гомзякова Н.Н.

Першина Е.Г.

