

#

Меню ЯСЛИ 8 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

Завтрак

4.31	7.82	16.91	158	.130	Каша жидкая молочная	10-69
0.24	0.06	6.52	26	.150	Чай с лимоном и сахаром	2=
1.52	0.58	13.72	66	.020/.005	Бутерброд с повидлом	4-04
6	8	37	250			16-73

завтрак2

0.4	0	9.49	13	.100	Напиток из шиповника	3-39
0	0	9	13			3-39

Обед

2.33	3.33	13.46	95	.150/30	Суп картофельный с	4-25
0.52	1.56	2.92	29	.030	Салат "Овощной букет"	3-17
2.54	4.07	25.74	241	.100	Рис отварной	7-23
7.22	1.4	4.62	60	.050	Котлета рыбная	12-86
0.14	0.14	9.82	40	.150	Компот из свежих яблок	5-62
0.17	1.26	1.09	16	.020	Соус белый основной	0-92
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-56
1.42	0.2	9.22	45	.010	Хлеб "Урожайный"	0-65
16	12	77	572			36-26

Полдник

4.64	5.12	31.18	191	.060	Пирожки, печеные с	6-39
3.36	3.84	5.64	70	.120	Молоко кипяченое	11-90
8	9	37	261			18-29

Ужин

2.63	14.16	14.15	193	.150	Рагу из овощей	14-04
0.16	0.04	5.32	20	.120	Чай с смородиной и сахаром	4-28
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-56
0.71	0.1	4.61	22	.010	Хлеб "Урожайный"	0-65
5	14	34	281			20-53

Руководитель

Калькулятор

Гомзякова Н.Н.

Першина Е.Г.



Меню ОБЗ 8 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

Завтрак

4.31	7.82	16.91	158	.150	Каша жидкая молочная овсяная	12-33
0.24	0.06	6.52	26	.180	Чай с лимоном и сахаром	2-40
1.52	0.58	13.72	66	.020/.010	Бутерброд с повидлом	4-92
6	8	37	250			19-65

завтрак2

1.67	0.53	23.8	109	.180	Бананы	31-37
2	1	24	109			31-37

Обед

2.33	3.33	13.46	95	.180/30/40	Суп картофельный с клецками и фрикад.	47-30
0.52	1.56	2.92	29	.050	Салат "Овощной букет"	5-28
2.54	4.07	25.74	241	.150	Рис отварной	10-85
7.22	1.4	4.62	60	.070	Котлета рыбная	18-01
0.14	0.14	9.82	40	.180	Компот из свежих яблок	6-74
1.42	0.2	9.22	45	.020	Хлеб " Урожайный"	1-29
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-56
0.17	1.26	1.09	16	.030	Соус белый основной	1-38
16	12	77	572			92-41

Полдник

4.64	5.12	31.18	191	.060	Пирожки, печеные с картофелем	6-39
3.36	3.84	5.64	70	.200	Молоко кипяченое	19-84
8	9	37	261			26-23

Ужин

2.63	14.16	14.15	193	.150	Рагу из овощей	14-04
0.16	0.04	5.32	20	.180	Чай с смородиной и сахаром	6-43
0.63	0	11.38	75	.125/1шт.	Пюре фруктовое	35=
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-56
0.71	0.1	4.61	22	.020	Хлеб " Урожайный"	1-29
6	14	45	356			58-32

Руководитель

Калькулятор



Томякова Н.Н.

Тертына Е.Г.