

Меню ОБЗ 6 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

Завтрак

17.17	12.25	44.16	394	.150	Омлет натуральный	19-32
1.44	1.49	8.44	50	.180	Чай с молоком	5-11
1.52	4.7	10.32	90	.020/010	Бутерброд с маслом	11-21
20	18	63	534			35-64

завтрак2

0.68	0.68	16.66	76	.180	Яблоко	27-64
1	1	17	76			27-64

Обед

2.58	5.01	18.94	135	.180/40	Суп картоф. с крупой рисовой и фрикад.	47-29
0.91	4.04	5.26	61	.050	Икра морковная	4-45
2.81	4.45	19.99	133	.150	Каша перловая	7-35
4.65	11.13	4.53	136	.050	Биточки по Московски	32-32
0.49	0	16.32	69	.180	Компот из смеси	4-69
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-56
1.42	0.2	9.22	45	.020	Хлеб " Урожайный"	1-29
0.24	1.52	1.91	22	.030	Соус томатный	0-71
15	27	86	647			99-66

Полдник

4.38	1.18	37.2	169	.050	Булочка Школьная	3-03
3.36	3.84	5.64	70	.200	Молоко кипяченое	19-84
8	5	43	239			22-87

Ужин

2.12	5.7	5.85	82	.150	Каша жидкая молочная кукурузная	11-62
0.27	0	15.14	59	.180	Компот из изюма	5-06
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
5	6	47	284			54-53

Руководитель _____ Гомзак Н.Н.
 Калькулятор _____ Першина Е.Г.



Меню САД 6 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

Завтрак

17.17	12.25	44.16	394	.100	Омлет натуральный	12-88
1.44	1.49	8.44	50	.180	Чай с молоком	5-11
1.52	4.7	10.32	90	.020/005	Бутерброд с маслом	7-18
20	18	63	534			25-17

завтрак2

0	0	9.98	38	.100	Напиток из свежемороженых ягод	6-01
0	0	10	38			6-01

Обед

2.58	5.01	18.94	135	.180	Суп картофельный с крупой рисовой	4-80
0.91	4.04	5.26	61	.050	Икра морковная	4-45
2.81	4.45	19.99	133	.100	Каша перловая	4-90
4.65	11.13	4.53	136	.050	Биточки по Московски	32-32
0.49	0	16.32	69	.180	Компот из смеси сухофруктов	4-69
0.24	1.52	1.91	22	.030	Соус томатный	0-71
1.42	0.2	9.22	45	.020	Хлеб " Урожайный"	1-29
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-56
15	27	86	647			54-72

Полдник

4.38	1.18	37.2	169	.050	Булочка Школьная	3-03
3.36	3.84	5.64	70	.180	Молоко кипяченое	17-86
8	5	43	239			20-89

Ужин

2.12	5.7	5.85	82	.150	Каша жидкая молочная кукурузная	11-62
0.27	0	15.14	59	.180	Компот из изюма	5-06
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	6	35	209			18-89

Руководитель _____

Калькулятор _____



Меню ЯСЛИ 6 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углев	ККал			

Завтрак

17.17	12.25	44.16	394	.100	Омлет натуральный	12-88
1.44	1.49	8.44	50	.150	Чай с молоком	4-26
1.52	4.7	10.32	90	.020/005	Бутерброд с маслом	7-18
20	18	63	534			24-32

завтрак2

0	0	9.98	38	.100	Напиток из свежемороженых ягод	6-01
0	0	10	38			6-01

Обед

2.58	5.01	18.94	135	.150	Суп картофельный с крупой рисовой	4=
0.91	4.04	5.26	61	.030	Икра морковная	2-67
4.25	4.33	23.67	150	.100	Каша пшеничная	5-67
4.65	11.13	4.53	136	.050	Биточки по Московски	32-32
0.49	0	16.32	69	.150	Компот из смеси	3-91
0.24	1.52	1.91	22	.020	Соус томатный	0-47
1.42	0.2	9.22	45	.010	Хлеб " Урожайный"	0-65
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-56
16	26	90	664			51-25

Полдник

4.38	1.18	37.2	169	.050	Булочка Школьная	3-03
3.36	3.84	5.64	70	.120	Молоко кипяченое	11-90
8	5	43	239			14-93

Ужин

2.12	5.7	5.85	82	.130	Каша жидкая молочная кукурузная	10-07
0.27	0	15.14	59	.120	Компот из изюма	3-37
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	6	35	209			15-65

Руководитель _____ *Томылова Н.Н.*Калькулятор _____ *Перин ЕГ*