

Меню САД 10 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углева	ККал			
					Завтрак	
0.18	0	9.91	37	.180	Чай с сахаром	0-86
1.52	0.58	13.72	66	.020/.005	Бутерброд с повидлом	4-04
0.5	1.15	3.27	26	.020	Соус молочный сладкий	2-29
11.01	11.5	14.03	199	.120	Суфле твороженое	30-09
13	13	41	328			37-28

завтрак2

0.05	0.05	13.2	51	.100	Напиток яблочный	3-07
0	0	13	51			3-07

Обед

0.5	5.08	3.58	62	.050	Салат из моркови и яблок	5-68
					Борщ с	
1.43	5.23	10	91	.180/005	капустой,картофелем и сметаной	6-51
19.42	13.54	25.05	291	.150	Жаркое по-домашнему	31-26
0	3.1	36.59	138	.180	Напиток с витаминами "Витошка"	10-53
1.42	0.2	9.22	45	.020	Хлеб " Урожайный"	1-29
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-56
24	27	94	673			56-83

Полдник

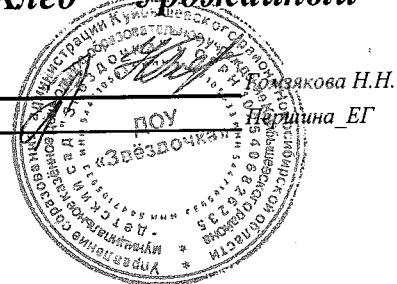
3.4	4.78	30.33	177	.050	Булочка " Российская"	3-48
3.64	4.16	6.11	76	.180	Молоко кипяченое	17-86
7	9	36	253			21-34

Ужин

6.53	9.93	30.97	240	.150	Каша жидкая молочная пшениная	15-10
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
9	10	60	367			22-37

Руководитель

Калькулятор



Меню ЯСЛИ 10 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

Завтрак

0.18	0	9.91	37	.150	Чай с сахаром	0-72
1.52	0.58	13.72	66	.020/.005	Бутерброд с повидлом	4-04
0.5	1.15	3.27	26	.020	Соус молочный сладкий	2-29
11.01	11.5	14.03	199	.100	Суфле твороженое	25-07
13	13	41	328			32-12

завтрак2

0.05	0.05	13.2	51	.100	Напиток яблочный	3-07
0	0	13	51			3-07

Обед

0.5	5.08	3.58	62	.030	Салат из моркови и яблок	3-41
					Борщ с	
1.43	5.23	10	91	.150/005	капустой,картофелем и	5-68
					сметаной	
19.42	13.54	25.05	291	.150	Жаркое по-домашнему	31-26
					Напиток с витаминами	
0	3.1	36.59	138	.150	"Витошка"	8-78
1.42	0.2	9.22	45	.010	Хлеб " Урожайный"	0-65
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-56
24	27	94	673			51-34

Полдник

3.4	4.78	30.33	177	.050	Булочка " Российская"	3-48
3.64	4.16	6.11	76	.120	Молоко кипяченое	11-90
7	9	36	253			15-38

Ужин

6.53	9.93	30.97	240	.130	Каша жидкая молочная	13-09
					пшениная	
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
9	10	60	367			18-67

Руководитель

Калькулятор

Гомзякова Н.Н.

Першина ЕГ



Меню ОБЗ 10 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
Завтрак						
0.18	0	9.91	37	.180	Чай с сахаром	0-86
1.52	0.58	13.72	66	.020/.010	Бутерброд с повидлом	4-92
0.5	1.15	3.27	26	.030	Соус молочный сладкий	3-43
11.01	11.5	14.03	199	.150	Суфле твороженое	37-61
13	13	41	328			46-82

завтрак2

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

Обед

0.5	5.08	3.58	62	.050	Салат из моркови и яблок	5-68
					Борщ с	
4.69	8.27	10.16	132	.180/5/20	капуст., картоф. смет. и фрикад.	49-01
19.42	13.54	25.05	291	.150	Жаркое по-домашнему	31-26
0	3.1	36.59	138	.180	Напиток с витаминами "Витошка"	10-53
1.42	0.2	9.22	45	.020	Хлеб "Урожайный"	1-29
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-56
28	30	94	714			99-33

Полдник

3.4	4.78	30.33	177	.050	Булочка "Российская"	3-48
3.64	4.16	6.11	76	.200	Молоко кипяченое	19-84
7	9	36	253			23-32

Ужин

6.53	9.93	30.97	240	.150	Каша жидкая молочная	15-10
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	.020	Хлеб "Урожайный"	1-29
9	10	60	367			23-01

Руководитель _____ Гомзякова Н.Н.
 Калькулятор _____ Перичина Е.Г.

