

Меню САД 7 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

Завтрак

2.65	2.03	10.28	71	.020/005	Бутерброд с сыром	7-27
4.31	7.82	16.91	158	.150	Каша жидкая молочная	12-89
2.88	3.06	17.88	105	.180	Кофейный напиток с	10-91
10	13	45	334			31-07

завтрак2

0.05	0.05	13.2	51	.100	Напиток яблочный	3-68
0	0	13	51			3-68

Обед

0.95	4.45	3.85	114	.050	Икра кабачковая	12-13
1.72	6.21	9.08	96	.180/005	Щи из свежей капусты	7-88
2.15	4.56	14.48	110	.100	Картофельное пюре	9-80
26.21	24.35	83.98	691	.050	Голубцы ленивые	23-96
0.94	0	18.15	73	.180	Компот из кураги	4-73
1.42	0.2	9.22	45	.020	Хлеб " Урожайный"	1-25
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-53
0.25	0.62	1.93	14	.030	Соус красный основной	0-70
35	41	150	1189			61-98

Полдник

4.2	4.8	6.15	88	.150	Кефир	17-09
2.26	2.94	22.32	124	.030	Печенье сахарное	6-50
6	8	28	212			23-59

Ужин

2.25	6.66	7.52	97	.150/005	Каша ячневая молочная	12-86
0.15	0	5.27	20	.180	Чай с сахаром	1-13
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-53
0.71	0.1	4.61	22	.020	Хлеб " Урожайный"	1-25
5	7	27	185			16-77

Руководитель

Калькулятор

Гамзякова Н.Н.

Першина ЕГ

Меню ЯСЛИ 7 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

Завтрак

2.65	2.03	10.28	71	.020/005	Бутерброд с сыром	7-27
4.31	7.82	16.91	158	.130	Каша жидкая молочная	11-17
2.88	3.06	17.88	105	.150	Кофейный напиток с	9-09
10	13	45	334			27-53

завтрак2

0.05	0.05	13.2	51	.100	Напиток яблочный	3-68
0	0	13	51			3-68

Обед

0.95	4.45	3.85	114	.030	Икра кабачковая	7-28
1.72	6.21	9.08	96	.150/005	Щи из свежей капусты	6-81
2.15	4.56	14.48	110	.100	Картофельное пюре	9-80
26.21	24.35	83.98	691	.050	Голубцы ленивые	23-96
0.94	0	18.15	73	.150	Компот из кураги	3-94
1.42	0.2	9.22	45	.010	Хлеб " Урожайный"	0-63
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-53
0.25	0.62	1.93	14	.020	Соус красный основной	0-47
35	41	150	1189			54-42

Полдник

4.2	4.8	6.15	88	.100	Кефир	11-40
2.26	2.94	22.32	124	.030	Печенье сахарное	6-50
6	8	28	212			17-90

Ужин

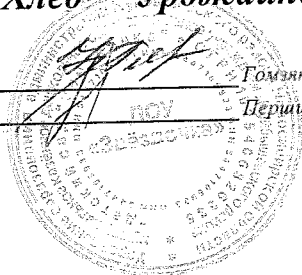
2.25	6.66	7.52	97	.130/002	Каша ячневая молочная	9-27
0.15	0	5.27	20	.150	Чай с сахаром	0-95
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-53
0.71	0.1	4.61	22	.010	Хлеб " Урожайный"	0-63
5	7	27	185			12-38

Руководитель

Калькулятор

Гомзякова Н.Н.

Першина Е.Г.



Меню ОБЗ 7 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

Завтрак

2.65	2.03	10.28	71	.020/010	Бутерброд с сыром	11-53
4.31	7.82	16.91	158	.150	Каша жидкая молочная	12-89
2.88	3.06	17.88	105	.180	Кофейный напиток с	10-91
10	13	45	334			35-33

завтрак2

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

Обед

0.95	4.45	3.85	114	.050	Икра кабачковая	12-13
1.72	6.21	9.08	96	.180/5/20	Щи из свеж.капус.	29-05
2.15	4.56	14.48	110	.120	Картофельное пюре	11-76
26.21	24.35	83.98	691	.070	Голубцы ленивые	33-54
0.94	0	18.15	73	.180	Компот из кураги	4-73
1.42	0.2	9.22	45	.020	Хлеб " Урожайный"	1-25
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-53
0.25	0.62	1.93	14	.030	Соус красный основной	0-70
35	41	150	1189			94-69

Полдник

4.2	4.8	6.15	88	.200	Кефир	22-79
2.26	2.94	22.32	124	.050	Печенье сахарное	10-84
6	8	28	212			33-63

Ужин

2.25	6.66	7.52	97	.150/005	Каша ячневая молочная	12-86
0.15	0	5.27	20	.180	Чай с сахаром	1-13
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-53
0.71	0.1	4.61	22	.020	Хлеб " Урожайный"	1-25
5	7	27	185			16-77

Руководитель
Калькулятор

Гомзякова Н.Н.
Першина Е.Г.

