



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор *С.С.С.* Е.М.Славгородская

меню на "13" 12 2011 (для детей 3 до 7 лет) 5 день десятидневного меню

	5 День	Выход блюда	№ тех. карты	белки	жиры	глевод	ккол	вит с
<b>в т р а к</b>	Каша пшенная молочная жидкая	155/205	№ 165	6,04	5,5	31,3	199	0,28
	Бутерброд с маслом	35/45	№ 496	1,8	17	10,9	203,2	0
	чай с молоком	180/200	№ 384	1,32	0,02	15,8	68,5	0,56
	<b>Итого</b>			<b>9,16</b>	<b>22,52</b>	<b>58</b>	<b>470,7</b>	<b>0,84</b>
<b>завтрак</b>	Кефир	180/200	произ.	5,6	4,4	8,18	94,52	1,4
<b>О б е д</b>	Свекольник	180/200	№ 65	1,8	4,1	9,3	81,1	3,60
	Голубцы ленивые	65/75	№244	5,66	9,3	4,56	124,5	1,53
	Картофельное пюре	130/150	№ 317	2	5	21	137,1	5,2
	Помидор свежий	40/50	№ 148	0,35	0,05	0,95	5,5	1,8
	Компот из смеси сухофруктов	180/200	№403	0,56	0	27,4	111,8	0,15
	Хлеб ржаной	50/60	произв	0,05	2,8	31,2	128	
	<b>Итого</b>			<b>10,42</b>	<b>21,25</b>	<b>94,4</b>	<b>588,1</b>	<b>12,28</b>
<b>У ж и н</b>	Суп молочный с макаронами изд.	200/265	№ 86	7,34	2,44	26	155	1,2
	Шанежка наливная с яйцом	70/75	№459	6,1	2,44	32,8	177,5	0
	Сок фруктовый	180/200	№ 407	2	0,2	3,8	25	8
	Хлеб пш.	50/60	произв.	1,44	4,8	31,2	152,4	
	Свежие фрукты	100	№ 90	0,4	0,4	10,4	45	10
	<b>Итого</b>			<b>17,28</b>	<b>10,28</b>	<b>104</b>	<b>554,9</b>	<b>19,2</b>
<b>Итого:</b>	<b>Пищевая ценность</b>			<b>42,5</b>	<b>58,5</b>	<b>265</b>	<b>1708</b>	<b>34</b>