

УТВЕРЖДАЮ
 Директор _____ Е. М. Славгородская



меню на "18" "11" 2020 (для детей 1.5 до 3 лет) 6 день десятидневного меню

	6 День	Выход блюда	№ тех. карты	БЕЛКИ	ЖИРЫ	ЛЕВОД	ККОЛ.	ВИТ. С
В т р а к	Каша овсянная из (геркулеса)	155/205	№ 162	4,8	4,53	21,4	145,6	0,27
	Бутерброд с джемом или повидлом	40/50	№ 497	1,008	2,4	19,44	103,3	0,04
	Кофейный напиток с молоком	200	№391	2,79	0,04	19,8	90,56	1
	итог			8,598	6,97	60,64	339,4	1,31
И завтрак	Сок фруктовый	180/200	№ 407	1,8	0,18	3,42	22,5	7,2
	Кондитерские изделия	10/15	произв.	0,8	1,5	7	44	
О б е д	Суп картофельный с макарон. изделиями	180/200	№ 70	2,15	2,43	5,36	52	3,3
	Суфле из кур	75 /85	№ 291	18,6	18,55	1,51	247,4	0,67
	Соус томатный	30	№ 419	0,3	1	1,4	15,6	0,3
	Рис отварной	110/130	№ 303	2,66	3,73	24,4	142	0
	Хлеб ржаной	40/50	произв.	0,25	1,5	16,6	68,5	
	Салат из свеклы отварной	40/50	№ 26	0,6	2,4	3	36,4	3
	Компот из смеси с/ф	180/200	№ 399	0,5	0	24,7	100,6	0,13
	Итог			25,06	29,61	76,97	662,5	7,4
У ж и н	Рагу из овощей	210/265	№ 91	3,5	15,7	18,2	229	15,9
	Хлеб пшеничный	30/50	произв.	0,7	2,4	15,6	76,2	0
	Чай с сахаром	200	№ 381	0,12	0	15,44	62,24	0
	Фрукты св.	100/115	№ 90	0,4	0,4	10,4	45	10
	Сдоба обыкновенная	60/70	3 436	4,35	3	36,8	194	0
		Итог			9,07	21,5	96,44	606,4
Итого:	Пищевая ценность			45	59	246	1975	42