УТВЕРЖДАЮ
Директор _____ К.М.Славгородская
"_____"

меню на "18" 11 20 (для детей 3 до 7 лет) 6 день десятидневного меню

	6 День	Выход блюда	№ тех.карты	белки	жиры	углевод	ккол	вит с
в т р а к	Каша овсянная из (геркулеса)	155/205	№ 162	6,33	6	28,3	192,6	0,36
	Бутерброд с джемом или повидлом	40/50	№ 497	1,26	3	24,3	129,1	0,05
	Кофейный напиток с молоком	200	№391	2,79	0,04	19,8	90,56	1
	итог			**10,38**	**9,04**	**72,4**	**412,3**	**1,41**
II завтрак	Сок фруктовый	180/200	№ 407	2	0,2	3,8	25	8
	Кондитерские изделия	10,/15	произв.	1,2	2,25	10,5	66	
О б е д								
	Суп картофельный с макарон. изделиями	180/200	№ 70	2,4	2,7	6	58	3,70
	Суфле из кур	75 /85	№ 291	21,1	21	1,71	280,4	0,8
	Соус томатный	30	№ 419	0,3	1	1,4	15,6	0,3
	Рис отварной	110/130	№ 303	3,15	4,4	28,9	167,7	0
	Хлеб ржаной	40/50	произв.	0,032	1,88	20,8	85,6	
	Салат из свеклы отварной	40/50	№ 26	0,7	3	3,8	45,5	4
	Компот из смеси с/ф	180/200	№ 399	0,56	0	27,4	111,8	0,15
	Итог			**28,24**	**33,98**	**90**	**764,6**	**8,95**
У ж и н	Рагу из овощей	210/265	№ 91	4,2	19,6	22,6	284,7	19,7
	Хлеб пшеничный	30/50	произв.	1,2	4	26	119	0
	Чай с сахаром	200	№ 381	0,12	0	15,4	62,24	0
	Фрукты св.	100/115	№ 90	0,46	0,46	12	52	11,5
	Сдоба обыкновенная	60/70	3 436	5,2	3,6	44	232	0
	Итог			**11,18**	**27,66**	**120**	**749,9**	**31,2**
Итог:	**Пищевая ценность**			**53**	**73**	**297**	**2018**	**50**