

УТВЕРЖДАЮ
 Директор  Е.М.Славгородская



меню на "19" 11 2014 (для детей 1.5 до 3 лет) 7 день десятидневного меню

	7 День	Выход блюда	№ тех. карты	БЕЛКИ	ЖИРЫ	ЛЕВОД	ККОЛ.	ВИТ. С
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	155/205	№ 160	4,7	3,39	23,9	145	0,22
	Какао с молоком	180/200	№ 387	2,35	0,4	23,3	106,5	0,6
	Яйцо вареное	40	№ 187	5,08	4,6	0,24	62,66	
	Бутерброд с маслом	30/35	№ 496	1,4	9,3	0,85	124,1	0
	итог			13,53	17,69	48,29	438,3	0,82
Полдник	Кефир	180/200	№ 406	5	3,9	7,4	85	1,26
Обед	Суп из овощей	180/200	№ 66	1,6	4,7	8,6	83,2	4
	Сердце в соусе	70/85	№ 361	12,6	3,9	4	101	3,5
	Макароны отварные	110/130	№ 306	4	3,9	22,8	137	0
	Огурец свежий	40/50	№ 148	0,3	0,04	0,8	4,4	1,4
	Компот из смеси сухфруктов	180/200	№ 399	0,5	0	24,66	100,7	0,13
	Хлеб ржаной	40/50	произв.	0,032	1,9	20,8	85,6	
	Хлеб рж. (итог)			19,03	14,44	81,66	511,9	9,03
Ужин	Котлета рыбная	75/85	№ 226	9,7	3,6	14	127,2	0,11
	Картофель отварной	140/175	№ 314	2,66	4,5	23	142,8	14,3
	Соус томатный	45/60	№ 354	0,24	1,85	2,4	27	0,77
	чай с сахаром	180/200	№ 384	1,32	0,02	15,76	68,5	0,56
	Хлеб пшеничный	50/60	произв.	1,2	4	26	119	
	Свежие фрукты	110/120	№ 90	0,44	0,44	11,44	49,5	11
	итог			15,56	14,41	92,6	534	26,74
Итого:	Пищевая ценность			53	50	230	1569	38