

Директор



УТВЕРЖДАЮ:  
Е.М.Славгородская

меню на " 2 " ноябрь (для детей 3 до 7 лет) день десятидневного меню

	б День	Выход блюда	№ тех. карты	белки	жиры	углеводы	ккол	вит с
З а 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	24,25	129,12	0,05
	Кофейный напиток с молоком	200	№391	2,79	0,04	19,8	90,56	1
	<b>итог</b>			<b>10,38</b>	<b>9,04</b>	<b>72,35</b>	<b>412,28</b>	<b>1,41</b>
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	70/80	№ 368	10,3	10,2	3,5	147	0,4
	Соус томатный	40/50	№ 419	0,5	1,64	2,3	26	0,5
	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	111,84	0,15
<b>Итого</b>				<b>17,642</b>	<b>23,82</b>	<b>92,7</b>	<b>641,64</b>	<b>8,75</b>
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	15,44	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
Итого:	<b>Итого</b>			<b>11,18</b>	<b>27,66</b>	<b>120,04</b>	<b>749,94</b>	<b>31,2</b>
	<b>Пищевая ценность</b>			<b>42,4</b>	<b>63</b>	<b>299</b>	<b>1895</b>	<b>49</b>