



Директор *С.С.С.* Е.М.Славгородская

меню на "28" 11 2011 (для детей 3 до 7 лет) 5 день десятидневного меню

	5 День	Выход блюда	№ тех. карты	белки	жиры	глевод	ккол	вит с
В Т Р А К	Каша пшенинная 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
	Итого			9,16	22,52	58	470,7	0,84
завтрак	Кефир	180/200	произ.	5,6	4,4	8,18	94,52	1,4
О Б Е Д	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	
	Итого			10,42	21,25	94,4	588,1	12,28
У Ж И Н	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
	Итого			17,28	10,28	104	554,9	19,2
Итого:	Пищевая ценность			42,5	58,5	265	1708	34