УТВЕРЖДАЮ
Директор _____ Е.М.Славгородская

меню на " 6 "12 24 (для детей 1.5 до 3 лет) 10 день десятидневного меню

	10 День	Выход блюда	№ тех.карты	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОД	ККОЛ.	ВИТ. С
Завтрак	Каша ячневая молочная вязкая	155/205	№ 168	5,5	3,6	20,35	135,6	0,21
	Бутерброд с маслом	30/40	№ 496	1,21	11,3	7,24	136	0
	Яйцо вареное	40	№ 187	5,08	4,6	0,24	62,66	
	Чай с сахаром	180/200	№ 381	0,11	0	14	56	0,02
	итог			**11,9**	**19,5**	**41,83**	**390,3**	**0,23**
II завтрак	Кефир	180/200	произ.	5	3,9	7,4	85	1,3
Обед	Борщ с капустой и картофелем	180/200	№ 62	0,72	2,84	5,6	53,2	4
	Жаркое по домашнему	250/300	№ 247	23,9	20,8	19,14	359,7	0,25
	Огурец свежий	40/50	№ 148	0,3	0,04	0,8	4,4	1,4
	Компот из смеси с/ф	180/200	№ 399	0,5	0	24,7	100,6	0,14
	Хлеб ржаной	50	произв	0,04	2,35	26	107	
	Итог			**25,46**	**26,03**	**76,24**	**624,9**	**5,79**
Ужин	Суп молочный с крупой	250/300	№ 85	5,95	2,2	19	97,8	1,13
	Сок фруктовый	180/200	№ 407	1,8	0,18	3,4	22,5	7,2
	Хлеб пш.	30/40	произв	0,72	2,4	15,6	76,2	
	Свежие фрукты	95/100	№ 90	0,38	0,38	9,9	42,8	9
	Ватрушка с повидлом	60/70	№ 450	3,2	1,82	45,47	211	0
	Итог			**12,05**	**6,98**	**93,37**	**450,3**	**17,33**
Итог:	**Пищевая ценность**			**54,4**	**56,4**	**219**	**1550**	**25**