

Директор



УТВЕРЖДАЮ:

Е.М.Славгородская

меню на " 8 " июля (для детей 1,5 до 3 лет) день десятидневного меню

10 День		Выход блюда	№ тех. карты	БЕЛКИ	ЖИРЫ	ЛЕВОД	ККОЛ.	ВИТ. С
З а в т р а к	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
	<b>итог</b>			<b>11,9</b>	<b>19,5</b>	<b>41,83</b>	<b>390,3</b>	<b>0,23</b>
II завтрак	Кефир	180/200	произ.	5	3,9	7,4	85	1,3
О б е д	Борщ с капустой и картофелем	180/200	№ 62	0,72	2,84	5,6	53,2	4
	Жаркое по домашнему	200/250	№ 328	18,8	14,3	25,8	307	15
	Огурец соленый	40/50	№ 149	0,32	0,04	0,7	4,4	1
	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	
	<b>Итог</b>			<b>20,38</b>	<b>19,53</b>	<b>82,8</b>	<b>572,2</b>	<b>20,14</b>
	У ж и н	Суп молочный с крупой	250/300	№ 85	5,95	2,2	19	97,8
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
<b>Итог</b>				<b>12,05</b>	<b>6,98</b>	<b>93,37</b>	<b>450,3</b>	<b>17,33</b>
<b>Итого:</b>	<b>Пищевая ценность</b>			<b>49,3</b>	<b>50</b>	<b>225</b>	<b>1498</b>	<b>39</b>