

Меню Сад 5 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

Завтрак

1.52	0.58	13.72	66	.020/.005	Бутерброд с повидлом	3-98
1.98	1.82	14.95	86	.150	Суп молочный с	11-95
0.24	0.06	6.52	26	.180	Чай с лимоном и сахаром	2-98
4	2	35	178			18-91

завтрак2

0.4	0	9.49	13	.100	Напиток из шиповника	2-67
0	0	9	13			2-67

Обед

0.8	1.75	4.6	47	.050	Салат "Ералаш"	3-61
4.22	3.98	14.36	110	.180	Суп картофельный с	4-21
5.82	5.26	28.6	188	.100	Каша гречневая	6-51
21.15	23	71.72	582	.050	Котлета из грудки	15-25
0	0	0	0	.300	Вода питьевая	3-54
0.14	0.14	9.82	40	.180	Компот из свежих яблок	8-08
1.42	0.2	9.22	45	.020	Хлеб "Урожайный"	1-25
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-53
0.25	0.62	1.93	14	.030	Соус красный основной	0-70
35	35	150	1072			44-68

Полдник

3.68	7.93	31.02	210	.050	Булочка Домашняя	3-96
5.04	5.76	7.38	106	.150	Кефир	17-09
9	14	38	316			21-05

Ужин

2.38	0.48	19.37	95	.120	Картофель отварной	6-61
18.57	16.18	62	460	.050	Биточки рыбные	15-45
0.22	0.09	7.39	29	.180	Чай с яблоком и сахаром	3-39
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-53
0.71	0.1	4.61	22	.020	Хлеб "Урожайный"	1-25
0.39	3.77	1.49	41	.030	Соус сметанный с	2-87
24	21	105	693			31-10

Руководитель _____

Старшая медсестра _____

Калькулятор _____

Повар _____



Меню овз 5 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевы	ККал			

Завтрак

1.52	0.58	13.72	66	.020/010	Бутерброд с повидлом	4-97
1.98	1.82	14.95	86	.150	Суп молочный с	11-95
0.24	0.06	6.52	26	.180	Чай с лимоном и сахаром	2-98
4	2	35	178			19-90

завтрак2

0.72	0.72	17.64	81	.180	Яблоко	33-13
1	1	18	81			33-13

Обед

0.8	1.75	4.6	47	.050	Салат "Ералаш"	3-61
4.22	3.98	14.36	110	.180/20	Суп картофельный с	25-38
5.82	5.26	28.6	188	.120	Каша гречневая	7-82
21.15	23	71.72	582	.070	Котлета из грудки	21-36
0	0	0	0	.300	Вода питьевая	3-54
0.14	0.14	9.82	40	.180	Компот из свежих яблок	8-08
1.42	0.2	9.22	45	.020	Хлеб "Урожайный"	1-25
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-53
0.25	0.62	1.93	14	.030	Соус красный основной	0-70
35	35	150	1072			73-27

Полдник

3.68	7.93	31.02	210	.050	Булочка Домашняя	3-96
5.04	5.76	7.38	106	.200	Кефир	22-79
9	14	38	316			26-75

Ужин

2.38	0.48	19.37	95	.150	Картофель отварной	8-26
18.57	16.18	62	460	.070	Биточки рыбные	21-63
0.22	0.09	7.39	29	.180	Чай с яблоком и сахаром	3-39
1.52	0.18	9.68	46	.020	Хлеб пшеничный	1-53
0.71	0.1	4.61	22	.020	Хлеб "Урожайный"	1-25
0.39	3.77	1.49	41	.030	Соус сметанный с	2-87
7.2	9.2	59.2	328	.80гр/1ш	Печенье Бонди	43=
31	30	164	1021	t.		81-93

Руководитель

Старшая медсестра

Калькулятор

Повар

