

9 день "21" апреля 2022г

| Наименование блюд                         | выход в гр<br>>3х лет и <3л | белки  | жиры   | углеводы | ккалор  | № рецеп |
|-------------------------------------------|-----------------------------|--------|--------|----------|---------|---------|
| <b>Завтрак:</b>                           |                             |        |        |          |         |         |
| 1.Запеканка из творога со сгущ<br>молоком | 150\30                      | 26.300 | 18.060 | 25.700   | 370.500 | 237/251 |
| 2. Кофейный напиток                       | 200                         | 2.650  | 2.790  | 13.570   | 92.400  | 392     |
| 3.Бутерброд с маслом и сыром              | 45                          | 3.070  | 1.200  | 18.720   | 70.900  | 1       |
| <b>2 Завтрак:</b> Свежие Фрукты           | 100                         | 0.900  | 0.200  | 9.500    | 40.000  | 134     |
| <b>Обед:</b>                              |                             |        |        |          |         |         |
| 1 Солёный огурец порционно                | 40                          | 0.150  | 0.000  | 0.450    | 2.450   | 33      |
| 2.Щи из свеж капусты с картоф. и с        | 200                         | 1.670  | 5.060  | 8.510    | 86.260  | 67      |
| 3. Рагу овощное. Шницель рыбный           | 140/60                      | 15.000 | 16.300 | 20.600   | 291.000 | 68      |
| 5.Компот из сушеных плодов                | 200                         | 0.420  |        | 30.970   | 85.560  | 374     |
| 6. Хлеб ржаной                            | 30                          | 2.810  | 0.440  | 23.520   | 111.560 | 147     |
| <b>Полдник</b>                            |                             |        |        |          |         |         |
| 1.Кондит. изд Печенье                     | 40                          | 2.960  | 4.000  | 10.250   | 170.400 | 151     |
| 2. Кисло-мол напиток                      | 200                         | 0.900  | 0.200  | 9.500    | 40.000  | 134     |
| 1.Суп молочный с крупой (гречка)          | 200                         | 0.040  | 0.000  | 11.960   | 21.620  |         |
| 2. Хлеб пшеничный                         | 50                          | 7.900  | 4.700  | 25.010   | 113.140 | 445     |
| 3.Чай с сахаром                           | 200                         | 0.160  | 1.200  | 12.040   | 47.390  | 392     |

Стоимость за день 136,89

Утверждаю

Директор школы

*Корнишина*

М. Г. Корнишина

