

10 день "22" апреля 2022 г

Наименование блюд	выход в гр >3х лет и <3л	белки	жиры	углеводы	ккалор	№ рецеп
Завтрак:						
1.Каша молочная ассорти (рис+пшено)со слив. маслом	200	4.338	4.572	15.156	119.000	94
2.Чай с сахаром	200	0.160	0.000	12.040	47.390	393
3.Бутерброд с маслом	45	3.070	1.200	18.720	70.900	1
2 Завтрак: Сок фруктовый	100	0.900	0.200	9.500	40.000	134
Обед:						
1.Салат из зел горошка с луком	60	0.710	5.030	8.140	80.730	33/1
2.Борщ с мясом	200	1.640	2.000	11.280	87.800	58
3.Плов из птицы	200	9.023	7.133	2.296	109.375	277
5.Компот из лимона +С витам	200	0.420	0.000	30.970	85.560	376
6. Хлеб ржаной	30	2.810	0.440	23.520	111.560	147
Полдник:						
1. Ватрушка с повидлом	70	0.850	7.550	11.120	132.500	152
2. Кисло-мол напиток	200	3.770	3.930	25.950	153.950	397
Ужин						
1.Свекла отварная порц.	40	0.650	3.080	3.940	46.300	30/1
2.Картофельное пюре	180	6.940	11.720	65.240	352.660	251
3. Хлеб пшеничный	30	2.810	0.440	23.520	111.560	147
4. Кофейный напиток с молоком	200	0.900	0.200	9.500	40.000	395

Стоимость за день 128,94

Утверждаю

Директор школы

М. Г. Корнишина

М. Г. Корнишина

