

Утверждаю

Директор школы

Корнишина М.Г.



4 день

| Наименование блюд | выход в гр >3х лет и <3л | белки | жиры | углеводы | ккалор |
|-------------------------------------|-----------------------------|---------------|---------------|----------------|-----------------|
| 1. Завтрак: | | | | | |
| 1. Запеканка из творога | 150 | 26,310 | 18,075 | 25,725 | 370,500 |
| 2. Сгущеное молоко | 30 | 2,140 | 2,550 | 16,650 | 98,400 |
| 2. Чай с сахаром | 180 | 0,045 | 0,015 | 6,990 | 28,005 |
| 3. Бутерброд с сыром | 30 | 3,153 | 4,587 | 9,708 | 92,667 |
| 2 Завтрак: | | | | | |
| Кисло-молочный напиток | 100 | 2,900 | 2,500 | 4,000 | 50,000 |
| итого завтрак | | | | | |
| Обед: | | | | | |
| 1. Солёный огурец | 40 | 0,710 | 3,450 | 4,180 | 46,400 |
| 2. Щи из св. капусты с картофелем с | 150 | 1,620 | 1,700 | 10,290 | 82,850 |
| 3 Фрикадельки рыб , тушеные в | 60 | 7,720 | 2,950 | 8,280 | 90,000 |
| 4 Соус томатный | 30 | 0,232 | 0,840 | 1,604 | 14,900 |
| 4. Рис отварной | 100 | 2,430 | 3,580 | 24,460 | 139,800 |
| 2. Компот из суш плодов | 150 | 0,330 | 0,015 | 20,820 | 84,750 |
| 3. Хлеб ржаной | 20 | 2,050 | 0,800 | 12,480 | 47,270 |
| итого обед | | | | | |
| Уплотненный полдник: | | | | | |
| Ужин: | | | | | |
| 1 Суп молоч. с макарон. изд | 180 | 6,644 | 6,160 | 20,064 | 162,360 |
| 2. Хлеб пшеничный | 40 | 4,740 | 4,870 | 32,650 | 203,200 |
| 2. Кофейный напиток | 180 | 2,340 | 1,995 | 10,635 | 70,005 |
| 4 Фрукты свежие | 100 | 0,900 | 0,200 | 9,500 | 40,000 |
| 4. Печенье | 20 | 4,1 | 2,3 | 13,2 | 94 |
| Итого полдник | | | | | |
| Всего | | 68,364 | 56,587 | 231,236 | 1512,000 |

Стоимость дня

1260