

Утверждаю

Директор школы *Дудина О.В.*

9 день

Наименование блюд	выход в гр >3х лет и <3л	белки	жиры	углеводы	ккалор
Завтрак:					
1.Запеканка творожная ссоус смет	120/30	4,500	4,500	24,400	155,000
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 Салат из свеклы	30	0,213	1,035	1,254	13,920
2.Щи из свеж капусты с картоф. и с	150	1,260	3,510	6,102	61,020
3.Каша гречневая	150	8,550	7,200	41,200	270,500
5. Котлеты из минтая п.ф.	62	8,022	2,820	5,988	81,000
2. Компот из суш плодов	150	0,330	0,015	20,820	84,750
6. Хлеб ржаной	20	2,050	0,800	12,480	47,270
7. Хлеб пшеничный	40	2,050	0,800	12,480	47,270
итого обед					
Уплотненный полдник:					
4. Печенье	20	4,1	2,3	13,2	94
2. Кофейный напиток	180	2,340	1,995	10,635	70,005
1 Суп молоч. с макарон.изд	180	6,644	6,160	20,064	162,360
4. Фрукты свежие	100	0,900	0,200	9,500	40,000
Итого полдник					
Всего		47,057	38,437	198,821	1455,000

Стоимость дня

139-