

Утверждаю

Директор школы Руд Дудина О.В.

10 день

06 02 26

Наименование блюд	выход в гр >3х лет и <3л	белки	жиры	углеводы	ккалор
Завтрак:					
1.Каша молочная ассорти (рис+пшено)со слив. маслом	150	3,800	4,300	10,300	132,000
2.Чай с сахаром	180	0,045	0,015	6,990	28,005
4.Бутерброд с маслом	30	1,830	5,660	10,960	102,000
2 Завтрак:					
Сок фруктовый	100	0,500	0,000	10,100	43,000
итого завтрак					
Обед:					
1. Свекла порционно	40	0,710	5,030	8,140	80,730
2.Борщ с мясом	150	1,100	2,900	7,650	61,500
3. Тефтели "Морковные" соус том	62/30	15,000	15,760	25,090	285,000
4. Каотфельное пюре	120	1,200	6,910	713,330	95,240
5.Компот из лимона+С витам	150	0,330	0,075	25,500	103,950
6. Хлеб ржаной	20	2,050	0,800	12,480	47,270
7. Хлеб пшеничный	20	2,050	0,800	12,480	47,270
итого обед					
Уплотненный полдник:					
1.Ватрушка с повидлом	60	7,900	4,698	25,014	173,142
2.Каша манная молочная	160	2,660	2,840	15,000	96,210
2. Компот из суш плодов	150	0,330	0,015	20,820	84,750
5. Фрукты свежие	100	0,900	0,200	9,500	40,000
Итого полдник					
Всего		40,405	50,003	913,354	1438,000

Стоимость дня

139с