

Утверждаю
Директор школы Дудина О.В.

4 день

15.01.20

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. Сгущенное 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. Соленый 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 П.ф Котлета из минтая	62	7,720	2,950	8,280	90,000
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		68,132	55,747	229,632	1512,000

Стоимость дня

139