

Меню сад - 1 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость
Белки	Жиры	Углевы	ККал			питания
<u>Завтрак</u>						
1.66	8.99	11.1	133	.020/.005	Бутерброд с маслом	7-07
4.35	4.35	24.75	156	.150	Каша жидкая молочная кукурузная	10-54
0.18	0.05	6.33	24	.180	Чай с молоком и сахаром	3-59
						24-20
6	13	42	313			
<u>Завтрак 2</u>						
0.3	0.1	7.6	32	.100	Напиток из шиповника	3-36

				Обед		
1.64	5.68	6.54	85	.050	Салат картоф. с зел.горошком	5-46
0.96	2.5	8.43	61	.180	Борщ с кап.св. и	5-10
4.62	4.24	30.85	183	.100	Макароны отварные	7-34
15.77	8.26	12.24	179	.050	Котлеты из говядины	34-09
2.32	1.07	15.7	76	.030	Хлеб	1-24
0.31	0	21.27	84	.180	Компот из изюма	5-06
0.61	1.85	3.98	35	.020	Соус томатный	0-47
26	24	99	703			58-76

				Полдник		
5.18	2.4	36.67	192	.060	Булочка школьная	4-30
0	0	13.47	51	.180	Компот из яблок	7-55
5	2	50	243			11-85

Руководитель

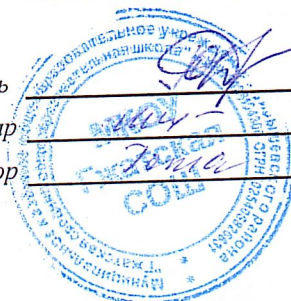
Повар

Калькулятор

Долгая Алена Юрьевна

Шихалёва. О.В.

Гета ТА



Меню сад - 2 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

Завтрак

1.65 0.76 14.46 71 .020/.010 **Бутерброд с повидлом.** 2-59

~~4.27 6.61 8.45 80 .120 **Омлет натуральный** 24-29~~

0.36 0.18 13.65 53 .180 **Кофейный напиток с молоком** 8-35

6 8 37 204 **35-22**

Завтрак 2

0.27 0 13.06 53 .100 **Напиток из смеси** 1-43

0 0 13 53 **1-43**

Обед

0.77 2.42 4.07 41 .050 **Икра Морковная** 4-48

2.05 3.01 15.14 97 .180 **Суп картофельный с мак.** 5-89

1.99 2.73 16.13 100 .100 **Картофельное пюре** 11-88

0.53 5.37 4.73 69 .050 **Рыба, тушеная в томате с овощами** 14-01

2.32 1.07 15.7 76 .030 **Хлеб** 1-24

0.27 0 20.54 82 .180 **Компот из кураги** 5-95

8 16 76 466 **42-45**

Полдник

4.67 6.75 45.11 259 .060 **Булочка " Российская "** 5-09

0.11 0 22.05 84 .180 **Кисель из повидла** 6-84

5 7 67 343 **11-93**

Руководитель

Долгая Алена Юрьевна

Повар

Шихалёва. О.В.

Калькулятор

Гета ТА



Меню сад - 3 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевы	Кал			
<u>Завтрак</u>						
1.66	8.99	11.1	133	.020/.005	Бутерброд с маслом	7-07
0.65	0.47	18.71	78	.180	Какао с молоком.	9-98
14.78	5	16.95	172	.120/.005	Суфле творожное с повидлом	42-70
17	14	47	383			59-75
<u>Завтрак 2</u>						
0.6	0	17.2	80	.100	Яблоки	15-36
1	0	17	80			15-36
<u>Обед</u>						
0.5	4.4	3.4	56	.050	Винегрет с	7-26
4.71	3.73	15.99	118	.180	Суп картофельный с горохом	4-06
0.03	4.45	0.04	40	.100	Рис отварной	9-24
0.74	8.95	3.45	98	.070	Курица в соусе с томатом	17-62
2.32	1.07	15.7	76	.030	Хлеб	1-24
0.46	0	31.52	124	.180	Напиток из изюма	6-10
9	23	70	512			45-52
<u>Полдник</u>						
5.66	4.38	35.56	206	.060	Сдоба обыкновенная	2-74
0.27	0	6.03	24	.180	Чай с лимоном и сахаром	2-40
6	4	42	230			5-14

Руководитель

Повар

Калькулятор

Долгая Алена Юрьевна

Шихалёва. О.В.

Гета_ТА



Меню сад - 4 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевы	ККал			

Завтрак

1.65	0.76	14.46	71	.020/.010	Бутерброд с повидлом.	2-59
3.97	4.05	21.75	138	.150	Каша жидкая молочная рисовая	11-60
0.18	0.05	6.33	24	.180	Чай с молоком и сахаром	3-59
6	5	43	233			17-78

Завтрак 2

0.3	0.1	7.6	32	.100	Напиток из шиповника	3-36
0	0	0	0			0-00

Обед

0.53	2.59	4.2	42	.050	Салат "Популярный"	5-15
2.08	6.9	8.34	118	.180	Суп из овощей	5-28
5.59	5.18	25.18	175	.100	Каша гречневая	7-38
8.91	7.51	6.22	129	.050	Тефтели из говядины.	34-09
2.32	1.07	15.7	76	.030	Хлеб	1-24
0	0	0	0	.180	Компот из смородины	14-71
0.61	1.85	3.98	35	.020	Соус томатный	0-47
20	25	64	575			68-32

Полдник

4.37	10.66	31.67	242	.130/.005	Блинчики с маслом	15-70
0.18	0.05	13.51	51	.180	Чай с сахаром	0-89
5	11	45	293			16-59

Руководитель

Долгая Алена Юрьевна

Повар

Шихалёва. О.В.

Калькулятор

Гета ТА



Меню сад - 5 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевы	ККал			

Завтрак

1.66	8.99	11.1	133	.020/.005	Бутерброд с маслом	7-07
0	0	0	0	.150	Каша молочная жидкая манная	10-51
0.36	0.18	13.65	53	.180	Кофейный напиток с молоком	8-35
2	9	25	186			25-93

Завтрак 2

0.6	0	17.2	80	.100	Яблоки	15-36
1	0	17	80			15-36

Обед

1.28	2.53	1.27	32	.050	Салат из яиц по - чешски	3-83
2.31	6.32	11.68	133	.180	Свекольник	5-63
2.51	4.13	9.64	91	.100	Капуста тушеная	6-72
7.92	9.02	5.96	136	.070	Шницель куриный	22-01
2.32	1.07	15.7	76	.030	Хлеб	1-24
0.49	0	23.5	96	.180	Компот из смеси	4-69
17	23	68	564			44-12

Полдник

5.9	7.21	40.75	252	.060	Булочка "Ванильная"	3-67
0.46	0	31.52	124	.180	Напиток из изюма	6-10
6	7	72	376			9-77

Руководитель

Повар

Калькулятор

Долгая Алена Юрьевна

Шихалёва. О.В.

Гета ТА



Меню сад - 6 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

Завтрак

1.65	0.76	14.46	71	.020/.010	Бутерброд с повидлом.	2-59
5.32	7.17	17.83	158	.150	Каша жидкая молочная овсяная	10-79
0.65	0.47	18.71	78	.180	Какао с молоком.	9-98
я	я	Б1	307			22 26

Завтрак 2

0	0	17.96	68	.100	Напиток из ягоды с/м	6-01
0	0	18	68			6-01

Обед

1.07	2.96	5.13	51	.050	Салат "Овощной букет"	4-82
3.96	6.68	10.42	117	.180	Щи из капусты с картофелем	4-21
29.26	37.7	44.07	626	.150	Плов с курицей	36-34
0.27	0	20.54	82	.180	Компот из кураги	5-95
2.32	1.07	15.7	76	.030	Хлеб	1-24
37	48	96	952			52-56

Полдник

3.84	3.43	28.07	147	.060	Булочка "Веснушка"	7-66
0.18	0.09	6.75	29	.180	Чай с яблоком и сахаром	2-52
4	4	35	176			10-18

Руководитель

Повар

Калькулятор

Долгая Алена Юрьевна

Шихалёва. О.В.

Гема ТА



Меню сад - 7 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевы	ККал			

Завтрак

1.66	8.99	11.1	133	.020/.005	Бутерброд с маслом	7-07
14.78	5	16.95	172	.120/.005	Суфле творожное с повидлом	42-70
0.18	0.05	6.33	24	.180	Чай с молоком и сахаром	3-59
17	14	34	329			53-36

Завтрак 2

0.27	0	13.06	53	.100	Напиток из смеси	1-43
0	0	13	53			4 43

Обед

1.73	3.62	2.22	48	.050	Салат "Объеденье"	4-48
2.43	16.62	13.35	130	.180	Рассольник ленинградский	8-52
1.99	2.73	16.13	100	.100	Картофельное пюре	11-88
0.53	5.37	4.73	69	.050	Рыба, тушеная в	14-01
2.32	1.07	15.7	76	.030	Хлеб	1-24
0.31	0	21.27	84	.180	Компот из изюма	5-06
9	19	73	507			45-19

Полдник

3.15	6.1	24.96	168	.110/.008	Макаронник с маслом	16-47
0.27	0	6.57	27	.180	Чай со смородиной и сахаром	6-39
3	6	32	195			22-86

Руководитель

Повар

Калькулятор

Долгая Алена Юрьевна

Шихалёва. О.В.

Гета ТА



Меню сад - 8 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

Завтрак

1.65	0.76	14.46	71	.020/.010	Бутерброд с повидлом.	2-59
8.45	12	2.2	150	.120	Омлет натуральный	24-29
0.36	0.18	13.65	53	.180	Кофейный напиток с молоком	8-35
10	13	30	274			35-23

Завтрак 2

0.6	0	17.2	80	.100	Яблоки	15-36
1	0	17	80			15-36

Обед

0.87	2.55	4.21	43	.050	Салат "Здоровье"	4-98
2.31	6.32	11.68	133	.180	Свекольник	5-63
5.59	5.18	25.18	175	.100	Каша гречневая	7-38
15.77	8.26	12.24	179	.050	Биточки из говядины	34-09
2.32	1.07	15.7	76	.030	Хлеб	1-24
0.3	0.1	7.48	32	.180	Напиток из шиповника	6-05
0.66	0.48	1.78	14	.020	Соус красный (основной)	1-31
28	24	78	652			60-68

Полдник

5.66	4.38	35.56	206	.060	Сдоба обыкновенная	2-74
0.18	0.05	13.51	51	.180	Чай с сахаром	0-89
6	4	49	257			3-63

Руководитель

Повар

Калькулятор

Долгая Алена Юрьевна

Шихалёва. О.В.

Гета ТА



Меню сад - 9 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углев	ККал			

Завтрак

1.66	8.99	11.1	133	.020/.005	Бутерброд с маслом	7-07
6.78	9.77	30.76	240	.150	Каша жидкая молочная	15-79
					пшеничная	
0.65	0.47	18.71	78	.180	Какао с молоком.	9-98
9	19	61	451			32-84

Завтрак 2

0.46	0	31.52	124	.100	Напиток из изюма	3-39
0	0	32	124			3-39

Обед

0.69	5.03	4.06	64	.050	Салат из свеклы с	2-98
4.3	2.21	15.74	102	.180	Суп картофельный с	4-06
					горохом.	
2.33	4.01	21.71	138	.100	Рис припущенный	9-11
11.78	17.91	5.14	228	.070	Курица тушеная с	19-13
					морковью	
2.32	1.07	15.7	76	.030	Хлеб	1-24
0	0	6.29	24	.180	Компот из смородины	14-71
21	30	69	632			51-23

Полдник

4.49	6.09	36.13	216	.060	Булочка "Российская"	5-09
0.11	0	22.05	84	.180	Кисель из повидла	6-84
5	6	58	300			11-93

Руководитель

Долгая Алена Юрьевна

Повар

Нихалёва. О.В.

Калькулятор

Гетта ТА



Меню сад - 1 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

Завтрак

1.66	8.99	11.1	133	.020/.005	Бутерброд с маслом	7-07
4.35	4.35	24.75	156	.150	Каша жидкая молочная кукурузная	10-54
0.18	0.05	6.33	24	.180	Чай с молоком и сахаром	3-59
6	13	42	313			21-20

Завтрак 2

0.3	0.1	7.6	32	.100	Напиток из шиповника	3-36
0	0	8	32			3-36

Обед

1.64	5.68	6.54	85	.050	Салат картоф. с зел.горошком	5-46
0.96	2.5	8.43	61	.180	Борщ с кап.св. и картофелем	5-10
4.62	4.24	30.85	183	.100	Макароны отварные	7-34
15.77	8.26	12.24	179	.050	Котлеты из говядины	34-09
2.32	1.07	15.7	76	.030	Хлеб	1-24
0.31	0	21.27	84	.180	Компот из изюма	5-06
0.61	1.85	3.98	35	.020	Соус томатный	0-47
26	24	99	703			58-76

Полдник

5.18	2.4	36.67	192	.060	Булочка школьная	4-30
0	0	13.47	51	.180	Компот из яблок	7-55
5	2	50	243			11-85

Руководитель

Повар

Калькулятор

Долгая Алена Юрьевна

Шихалёва. О.В.

Гета ТА



Меню сад - 2 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевы	ККал			
<u>Завтрак</u>						
1.65	0.76	14.46	71	.020/.010	Бутерброд с повидлом.	2-59
4.27	6.61	8.45	80	.120	Омлет натуральный	24-29
0.36	0.18	13.65	53	.180	Кофейный напиток с молоком	8-35
6	8	37	204			35-23
<u>Завтрак 2</u>						
0.27	0	13.06	53	.100	Напиток из смеси	1-43
0	0	13	53			1-43
<u>Обед</u>						
0.77	2.42	4.07	41	.050	Икра Морковная	4-48
2.05	3.01	15.14	97	.180	Суп картофельный с мак. изделиями.	5-89
1.99	2.73	16.13	100	.100	Картофельное пюре	11-88
0.53	5.37	4.73	69	.050	Рыба, тушенная в	14-01
2.32	1.07	15.7	76	.030	Хлеб	1-24
0.27	0	20.54	82	.180	Компот из кураги	5-95
8	15	76	465			43-45
<u>Полдник</u>						
4.67	6.75	45.11	259	.060	Булочка " Российская "	5-09
0.11	0	22.05	84	.180	Кисель из повидла	6-84
5	7	67	343			11-93

Руководитель

Повар

Калькулятор

Долгая Алена Юрьевна

Шихалёва. О.В.

Гема ТА

Меню сад - 3 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углев	ККал			
<u>Завтрак</u>						
1.66	8.99	11.1	133	.020/005	Бутерброд с маслом	7-07
0.65	0.47	18.71	78	.180	Какао с молоком.	9-98
14.78	5	16.95	172	.120/005	Суфле творожное с повидлом	42-70
17	14	47	383			59-75
<u>Завтрак 2</u>						
0.6	0	17.2	80	.100	Яблоки	15-36
1	0	17	80			15-36
<u>Обед</u>						
0.5	4.4	3.4	56	.050	Винегрет с	7-26
4.71	3.73	15.99	118	.180	Суп картофельный с горохом	4-06
0.03	4.45	0.04	40	.100	Рис отварной	9-24
0.74	8.95	3.45	98	.070	Курица в соусе с томатом	17-62
2.32	1.07	15.7	76	.030	Хлеб	1-24
0.46	0	31.52	124	.180	Напиток из изюма	6-10
9	23	70	512			45-52
<u>Полдник</u>						
5.66	4.38	35.56	206	.060	Сдоба обыкновенная	2-74
0.27	0	6.03	24	.180	Чай с лимоном и сахаром	2-40
6	4	42	230			5-14

Руководитель  Долгая Алена ЮрьевнаПовар  Шихалёва. О.В.Калькулятор  Гета ТА

Меню сад - 4 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углев	ККал			

Завтрак

1.65 0.76 14.46 71 .020/.010 **Бутерброд с повидлом.** 2-59

3.97 4.05 21.75 138 .150 **Каша жидкая молочная
рисовая** 11-60

0.18 0.05 6.33 24 .180 **Чай с молоком и сахаром** 3-59
6 5 43 233 17-78

Завтрак 2

0.3 0.1 7.6 32 .100 **Напиток из шиповника** 3-36
0 0 8 32 3-36

Обед

0.53 2.59 4.2 42 .050 **Салат "Популярный"** 5-15

2.08 6.9 8.34 118 .180 **Суп из овощей** 5-28

5.59 5.18 25.18 175 .100 **Каша гречневая** 7-38

8.91 7.51 6.22 129 .050 **Тефтели из говядины.** 34-09

2.32 1.07 15.7 76 .030 **Хлеб** 1-24

0 0 6.29 24 .180 **Компот из смородины** 14-71

0.61 1.85 3.98 35 .020 **Соус томатный** 0-47
20 25 70 599 68-32

Полдник

4.37 10.66 31.67 242 .130/.005 **Блинчики с маслом** 15-70

0.18 0.05 13.51 51 .180 **Чай с сахаром** 0-89
5 11 45 293 16-59

Руководитель

Повар

Калькулятор

Долгая Алена Юрьевна

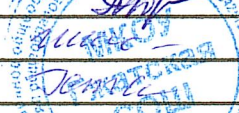
Шихалёва, О.В.

Гета ТА



Меню сад - 5 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углев	ККал			
<u>Завтрак</u>						
1.66	8.99	11.1	133	.020/.005	Бутерброд с маслом	7-07
1.95	3.28	16.46	103	.150	Каша молочная жидкая манная	10-51
0.36	0.18	13.65	53	.180	Кофейный напиток с молоком	8-35
4	12	41	289			25-93
<u>Завтрак 2</u>						
0.6	0	17.2	80	.100	Яблоки	15-36
1	0	17	80			15-36
<u>Обед</u>						
1.28	2.53	1.27	32	.050	Салат из яиц по - чешски	3-83
2.31	6.32	11.68	133	.180	Свекольник	5-63
2.51	4.13	9.64	91	.100	Капуста тушеная	6-72
7.92	9.02	5.96	136	.070	Шницель куриный	22-01
2.32	1.07	15.7	76	.030	Хлеб	1-24
0.49	0	23.5	96	.180	Компот из смеси	4-69
17	23	68	564			44-12
<u>Полдник</u>						
5.9	7.21	40.75	252	.060	Булочка "Ванильная"	3-67
0.46	0	31.52	124	.180	Напиток из изюма	6-10
6	7	72	376			9-77

Руководитель  Долгая Алена ЮрьевнаПовар  Шихалёва. О.В.Калькулятор  Гета ТА

Меню сад - 6 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеб	ККал			
<u>Завтрак</u>						
1.65	0.76	14.46	71	.020/.010	Бутерброд с повидлом.	2-59
5.32	7.17	17.83	158	.150	Каша жидкая молочная овсяная	10-79
0.65	0.47	18.71	78	.180	Какао с молоком.	9-98
8	8	51	307			23-36
<u>Завтрак 2</u>						
0	0	17.96	68	.100	Напиток из ягоды с/м	6-01
0	0	18	68			6-01
<u>Обед</u>						
1.07	2.96	5.13	51	.050	Салат "Овощной букет"	4-82
3.96	6.68	10.42	117	.180	Щи из капусты с картофелем	4-21
29.26	37.7	44.07	626	.150	Плов с курицей	36-34
0.27	0	20.54	82	.180	Компот из кураги	5-95
2.32	1.07	15.7	76	.030	Хлеб	1-24
37	48	96	952			52-56
<u>Полдник</u>						
3.84	3.43	28.07	147	.060	Булочка "Веснушка"	7-66
0.18	0.09	6.75	29	.180	Чай с яблоком и сахаром	2-52
4	4	35	176			10-18

Руководитель

Повар

Калькулятор

Долгая Алена Юрьевна

Шихалёва. О.В.

Гета ТА



Меню сад - 7 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углев	ККал			

Завтрак

1.66	8.99	11.1	133	.020/.005	Бутерброд с маслом	7-07
14.78	5	16.95	172	.120/.005	Суфле творожное с повидлом	42-70
0.18	0.05	6.33	24	.180	Чай с молоком и сахаром	3-59
17	14	34	329			53-36

Завтрак 2

0.27	0	13.06	53	.100	Напиток из смеси	1-43
0	0	13	53			1-43

Обед

1.73	3.62	2.22	48	.050	Салат "Объеденье"	4-48
2.43	6.62	13.35	130	.180	Рассольник ленинградский	8-52
1.99	2.73	16.13	100	.100	Картофельное пюре	11-88
0.53	5.37	4.73	69	.050	Рыба, тушенная в	14-01
2.32	1.07	15.7	76	.030	Хлеб	1-24
0.31	0	21.27	84	.180	Компот из изюма	5-06
9	19	73	507			45-19

Полдник

3.15	6.1	24.96	168	.110/.008	Макаронник с маслом	16-47
0.27	0	6.57	27	.180	Чай со смородиной и	6-39
3	6	32	195			22-86

Руководитель

Повар

Калькулятор

Долгая Алена Юрьевна

Шихалёва. О.В.

Гета ТА



Меню сад - 8 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углев	ККал			

Завтрак

1.65	0.76	14.46	71	.020/.010	Бутерброд с повидлом.	2-59
8.45	12	2.2	150	.120	Омлет натуральный	24-29
0.36	0.18	13.65	53	.180	Кофейный напиток с	8-35
10	13	30	274			35-23

Завтрак 2

0.6	0	17.2	80	.100	Яблоки	15-36
1	0	17	80			15-36

Обед

0.87	2.55	4.21	43	.050	Салат "Здоровье"	4-98
2.31	6.32	11.68	133	.180	Свекольник	5-63
5.59	5.18	25.18	175	.100	Каша гречневая	7-38
15.77	8.26	12.24	179	.050	Биточки из говядины	34-09
2.32	1.07	15.7	76	.030	Хлеб	1-24
0.3	0.1	7.48	32	.180	Напиток из шиповника	6-05
0.66	0.48	1.78	14	.020	Соус красный (основной)	1-31
28	24	78	652			60-68

Полдник

5.66	4.38	35.56	206	.060	Сдоба обыкновенная	2-74
0.18	0.05	13.51	51	.180	Чай с сахаром	0-89
6	4	49	257			3-63

Руководитель

Повар

Калькулятор

Долгая Алена Юрьевна

Шихалёва. О.В.

Гета ТА



Меню сад - 9 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углев	ККал			

Завтрак

1.66	8.99	11.1	133	.020/005	Бутерброд с маслом	7-07
6.78	9.77	30.76	240	.150	Каша жидкая молочная пшеничная	15-79
0.65	0.47	18.71	78	.180	Какао с молоком.	9-98
9	19	61	451			32-84

Завтрак 2

0.46	0	31.52	124	.100	Напиток из изюма	3-39
0	0	32	124			3-39

Обед

0.69	5.03	4.06	64	.050	Салат из свеклы с	2-98
4.3	2.21	15.74	102	.180	Суп картофельный с горохом.	4-06
2.33	4.01	21.71	138	.100	Рис припущенный	9-11
11.78	17.91	5.14	228	.070	Курица тушеная с	19-13
2.32	1.07	15.7	76	.030	Хлеб	1-24
0	0	6.29	24	.180	Компот из смородины	14-71
21	30	69	632			51-23

Полдник

4.49	6.09	36.13	216	.060	Булочка "Российская"	5-09
0.11	0	22.05	84	.180	Кисель из повидла	6-84
5	6	58	300			11-93

Руководитель

Повар

Калькулятор

Долгая Алена Юрьевна

Шихалёва. О.В.

Гета ТА



Меню сад - 10 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углев	ККал			

Завтрак

1.65	0.76	14.46	71	.020/.010	Бутерброд с повидлом.	2-59
1.95	3.28	16.46	103	.150	Каша молочная жидкая манная	10-51
0.18	0.05	13.51	51	.180	Чай с сахаром	0-89
4	4	44	225			13-99

Завтрак 2

0	0	17.96	68	.100	Напиток из ягоды с/м	6-01
0	0	18	68			6-01

Обед

1.28	2.53	1.27	32	.050	Салат из яиц по - чешски	3-83
3.02	4.02	14.01	105	.180	Суп картофельный с клецками	4-48
9.66	86	22.54	136	.100/05	Горошница	8-29
8.91	7.51	6.22	129	.050	Тефтели из говядины.	34-09
2.32	1.07	15.7	76	.030	Хлеб	1-24
0.49	0	23.5	96	.180	Компот из смеси	4-69
26	101	83	574			56-62

Полдник

10.06	15.56	52.39	392	.130/.005	Оладьи с повидлом.	10-67
0.27	0	6.03	24	.180	Чай с лимоном и сахаром	2-40
10	16	58	416			13-07

Руководитель

Долгая Алена Юрьевна

Повар

Шихалёва, О.В.

Калькулятор

Гета ТА

Меню сад - 1 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углев.	ККал			

Завтрак

1.66	8.99	11.1	133	.020/005	Бутерброд с маслом	7-07
4.35	4.35	24.75	156	.150	Каша жидкая молочная кукурузная	10-54
0.18	0.05	6.33	24	.180	Чай с молоком и сахаром	3-59
6	13	42	313			21-20

Завтрак 2

0.3	0.1	7.6	32	.100	Напиток из шиповника	3-36
0	0	8	32			3-36

Обед

1.64	5.68	6.54	85	.050	Салат картоф. с зел. горошком	5-46
0.96	2.5	8.43	61	.180	Борщ с кап. св. и картофелем	5-10
4.62	4.24	30.85	183	.100	Макароны отварные	7-34
15.77	8.26	12.24	179	.050	Котлеты из говядины	34-09
2.32	1.07	15.7	76	.030	Хлеб	1-24
0.31	0	21.27	84	.180	Компот из изюма	5-06
0.61	1.85	3.98	35	.020	Соус томатный	0-47
26	24	99	703			58-76

Полдник

5.18	2.4	36.67	192	.060	Булочка школьная	4-30
0	0	13.47	51	.180	Компот из яблок	7-55
5	2	50	243			11-85

Руководитель _____ Долгая Алена Юрьевна

Повар _____ Шихалёва. О.В.

Калькулятор _____ Гета ТА



Меню сад - 2 день

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углев	ККал			
<u>Завтрак</u>						
1.65	0.76	14.46	71	.020/.010	Бутерброд с повидлом.	2-59
4.27	6.61	8.45	80	.120	Омлет натуральный	24-29
0.36	0.18	13.65	53	.180	Кофейный напиток с молоком	8-35
6	8	37	204			35-23
<u>Завтрак 2</u>						
0.27	0	13.06	53	.100	Напиток из смеси	1-43
0	0	13	53			1-43
<u>Обед</u>						
0.77	2.42	4.07	41	.050	Икра Морковная	4-48
2.05	3.01	15.14	97	.180	Суп картофельный с мак. изделиями.	5-89
1.99	2.73	16.13	100	.100	Картофельное пюре	11-88
0.53	5.37	4.73	69	.050	Рыба, тушенная в	14-01
2.32	1.07	15.7	76	.030	Хлеб	1-24
0.27	0	20.54	82	.180	Компот из кураги	5-95
8	15	76	465			43-45
<u>Полдник</u>						
4.67	6.75	45.11	259	.060	Булочка " Российская "	5-09
0.11	0	22.05	84	.180	Кисель из повидла	6-84
5	7	67	343			11-93

Руководитель _____ Долгая Алена Юрьевна

Повар _____ Шихалёва. О.В.

Калькулятор _____ Гета ТА

