

2021



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ 19 день

ети с 3-7 лет

2026r.

Наименование блюда		Выход, г	Химический состав			
			Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал
Завтрак			10,96	14,91	51,54	392,21
Бутерброд с маслом и сыром		18/5/9	3,48	6,11	10,73	113,05
Каша жидкая молочная овсяная		200/2	5,2	6,9	27,20	198,00
Чай с сахаром		180	2,28	1,90	13,61	81,16
Хлеб "Свежий" из пшеничной		25				
Второй завтрак			0,95	0,2	15,4	90,00
Фрукт (яблоко)		120	0,95	0,2	15,4	90,00
Обед			29,06	31,42	101,88	666,88
Икра кабачковая		50	0,54	2,82	3,50	41,80
Суп с мясными фрикадельками		180	6,2	4,20	16,40	115,20
Шницель рыбный с соусом сметано-томатным		70/20	15,04	3,60	0,54	82,89
Рис отварной		130	3,64	5,37	36,69	209,70
Компот из сухофруктов		180	0,78	0,00	13,68	55,68
Хлеб "Свежий" из ржаной		25	1,65	0,30	8,55	54,30
Хлеб "Свежий" из пшеничной		20	2,02	0,25	12,20	58,40
Полдник			11,30	11,10	46,60	265,00
Лепешка сметанная		70	5,50	6,10	37,00	198,00
Чай с молоком и сахаром		180	5,80	5,00	9,60	108,00
Итого:			52,27	57,63	215,42	1414,09

Зан. Столовой

Мел. Работник