

СОГЛАСОВАНО: Заведующий Мальгинова Л.А.



Мальгинова Л.А.

ИП Бабкина Ф.С.						
5 ДЕНЬ САД ОБЩЕЕ МЕНЮ (дети от 3-7 лет)						
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал
			Белки	Жиры	Углев.	
ЗАВТРАК						
270/2012	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,68	11,58	34,40	272,51
107/2012	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ	30/5	2,51	4,55	15,76	113,89
508/2012	КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)	200	3,63	2,95	15,09	101,41
<i>Итого:</i>		435	13,84	19,08	65,25	487,81
2-ОЙ ЗАВТРАК						
532/2012	СОК	100	0,00	0,00	11,50	46,00
<i>Итого:</i>		100	0,00	0,00	11,50	46,00
ОБЕД						
3/2012	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60	0,99	6,05	5,78	81,50
142/2012	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,43	3,27	7,97	67,06
415/2012	КУРА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	60/30	25,04	25,33	5,65	350,77
202/2018	ГРЕЧА ОТВАРНАЯ	150	5,70	5,61	25,74	176,21
526/2012	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,02	26,77	109,02
122/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,98	0,25	11,90	57,75
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,98	0,15	11,15	53,85
<i>Итого:</i>		750	37,38	40,87	94,96	896,16
ПОЛДНИК						
554/2012	ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ	60	3,59	2,78	41,50	205,40
505/2012	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	10,05	60,19
<i>Итого:</i>		260	3,59	2,78	51,55	265,59
УЖИН						
323/2012	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ	150	33,45	4,95	23,10	270,71
529/2012	СОУС КИСЕЛЬНЫЙ	50	0,00	0,01	6,37	11,42
517/2012	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	0,02	0,02	15,67	62,98
122/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,98	0,25	11,90	57,75
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,98	0,15	11,15	53,85
<i>Итого:</i>		450	37,43	5,38	68,19	456,71
<i>Всего за день:</i>		1970	92,24	68,11	291,45	2152,27

